N°2 - FEBBRAIO 2016

LA CUCINA ITALIANA

Dal 1929 il mensile di gastronomia con la cucina in redazione

84 NUOVE RICETTE

ALLEGRIA IN TAVOLA

GOLOSO CARNEVALE

FRITTI A SORPRESA E PIATTI CONVIVIALI PER FARE FESTA IN COMPAGNIA

CUORE DI LAMPONI
Una mousse delicata con cialda di frolla

BACON IN PRIMO PIANO

SAN VALENTINO DOLCI DA GOURMET

GORGONZOLA ECCELLENTE IN CUCINA

PRONTI PER VOI
1 Il direttore Ettore Mocchetti con Maria Vittoria Dalla Cia.
2 La tradizionale valdostana con fontina e prosciutto (pag. 66).
3 Mini bignè di azuki con crema di pere (pag. 46).

Per febbraio abbiamo preparato un numero particolarmente ricco di spunti, suggestioni e consigli che – ne sono certo – incontreranno l'interesse e il favore di chi ci legge. In 84 ricette, ideate e collaudate nelle nostre cucine, affrontiamo il tema dei grandi convivi con tre proposte tanto ghiotte quanto semplici da realizzare: *fondue bourguignonne*, fonduta al cioccolato, *shabu shabu*. E poi parliamo di cucina rapida, sveliamo i segreti della perfetta frittura e quelli della cotoletta alla valdostana proposta in più variazioni, con il bacon creiamo irresistibili spuntini. Il gorgonzola dolce e piccante, una delle eccellenze italiane più note (imitate e anche contraffatte) al mondo, è il protagonista del capitolo dedicato ai "buoni prodotti". Ovviamente non trascuriamo il Carnevale, l'appuntamento forte di questo febbraio, e per l'occasione abbiamo pensato quattro frittelle dolci e salate davvero insolite e particolarmente gustose. Restando in argomento giocoso, Davide Oldani si e ci diverte con le spezie, un magico jolly nella cucina di oggi come in quella di ieri. E a proposito di ieri e di vintage, ecco la lingua in agrodolce, una ricetta prelibata e tipicamente invernale recuperata dal ricettario di una delle più grandi soubrette italiane: Delia Scala. Infine, con i nostri viaggi del gusto, scopriamo le bellezze e i sapori della Sardegna nord-occidentale, da Oristano ad Alghero, e di St. Moritz.
Come si vede, un numero importante, e di più, molto di più, perché è anche l'ultimo che firmo come direttore, essendo stato richiamato alla guida di *AD Architectural Digest*. Niente timori, però, care amiche lettrici e cari amici lettori: vi lascio in mani buonissime, quelle di **Maria Vittoria Dalla Cia**, una grande professionista che conosce alla perfezione tutti gli ingranaggi della rivista perché è cresciuta con lei, ne è una delle anime, e ha dato un contributo creativo e organizzativo fondamentale al lavoro di restyling e riposizionamento del giornale che ha segnato il mio impegno in questi due anni di direzione. Di Maria Vittoria ho imparato a conoscere e stimare la cultura, la curiosità, la competenza tecnica, il gusto educato e sempre aperto a nuovi stimoli, la dedizione, il temperamento che, con l'esempio e l'intelligenza, sa motivare, comunicare entusiasmo, spingere quando c'è bisogno, frenare per evitare intellettualistiche e velleitarie fughe in avanti. Insomma, la "regista" giusta, sono convinto, per guidare una redazione coesa, propositiva, fantastica, alla quale rimarrò comunque vicino. Dall'art director Giuseppe Pini, che ha saputo esprimere creativamente al meglio i nuovi orizzonti della rivista, alle grafiche, dalle redattrici agli chef, dalla photo editor ai fotografi e alle stylist, dai collaboratori ai consulenti tra cui spicca Fiammetta Fadda, che, con il suo immenso sapere, distillato con garbo e discrezione, mi ha fatto innamorare di ogni aspetto della cucina. A tutti e a ciascuno devo dire di cuore: Grazie, è stata una magnifica avventura che non dimenticherò mai.

Ettore Mocchetti

LA FILOSOFIA CHE CI GUIDA DAL 1929

Ogni piatto nasce dalla nostra cucina in redazione, una cucina di casa proprio come la vostra. Uno chef lo pensa e lo realizza, e un redattore segue tutti i passaggi, per raccontarvi nel dettaglio che cosa dovrete fare per replicarlo. E dopo averlo fotografato lo assaggiamo e verifichiamo che sia all'altezza delle vostre aspettative!

Fotografie di Matteo Carassale, Riccardo Lettieri

Febbraio
SOMMARIO

QUESTO MESE:
• Il 9 febbraio è martedì grasso, l'ultimo giorno di festa prima dell'inizio della Quaresima. A Milano, secondo il Calendario Ambrosiano, si festeggia il Carnevale fino al sabato successivo.
• Nell'orto seminate le carote, i ravanelli e la rucola.

PAGINA 56
Quattro ricette e tre idee veloci per cucinare il gorgonzola, dolce e piccante

IDEE

SUGGESTIONI

PAGINA 36

RICETTE

PAGINA 46

GUIDE

UN MONDO DI CUCINA

Ogni mese l'appuntamento è in edicola, ma ogni giorno puoi trovare **La Cucina Italiana** anche sul web, nel sito sempre aggiornato dove scoprire video, contenuti aggiuntivi e cercare tra migliaia di ricette!
Su *www.lacucinaitaliana.it*

siamo

Digital

SOCIAL NETWORK Puoi interagire con noi attraverso i nostri profili sui social network Facebook, Twitter, Pinterest, Tumblr, Instagram.

LA COPIA DIGITALE Se ti piace sfogliare la rivista su tablet e smartphone puoi acquistare la copia digitale. Se ti abboni al giornale di carta avrai inclusa la copia digitale. Un bel vantaggio, non trovi?

e in più

Facciamo Scuola

LA SCUOLA DE LA CUCINA ITALIANA
è a Milano in piazza Aspromonte 15.
Non perderti i nostri corsi di cucina, pasticceria, per bambini e anche in lingua inglese.
Segui i nostri eventi in tutta Italia e se hai un'azienda richiedi i nostri servizi: team building e gare in cucina.
Direttore: Emanuele Gnemmi
www.scuolacucinaitaliana.it

Per scrivere alla redazione:
cucina@lacucinaitaliana.it
Piazza Castello 27, 20121 Milano

LA CUCINA ITALIANA

N. 02 - Febbraio 2016 - **Anno 87°**

Direttore Responsabile
MARIA VITTORIA DALLA CIA

Editorial Advisor
ETTORE MOCCHETTI

Art Director
GIUSEPPE PINI
Contributing Editor
FIAMMETTA FADDA

Redazione
LAURA FORTI - lforti@lacucinaitaliana.it
ANGELA ODONE - aodone@lacucinaitaliana.it

Ufficio grafico
RITA ORLANDI (responsabile)
SARA DI MOLFETTA
FRANCESCA SAMADEN (speciali e supporti pubbliredazionali)
Photo Editor
ELENA VILLA
Cucina sperimentale
JOËLLE NÉDERLANTS
Styling
BEATRICE PRADA (ricettario e rubriche)

Segreteria di Redazione
MARIA GRAZIA CECCONELLO - cucina@lacucinaitaliana.it

Chef
TOMMASO ARRIGONI, SERGIO BARZETTI, DAVIDE BROVELLI, MARCELLO MARTINANGELI, DAVIDE NEGRI, DAVIDE NOVATI, DAVIDE OLDANI, WALTER PEDRAZZI, ALESSANDRO PROCOPIO, GIOVANNI ROTA, ANTONIO SCARANTINO

Hanno collaborato
IRENE BARATTO, RICCARDO BIANCHI, LUIGI CARICATO, CECILIA CARMANA, SAMUEL COGLIATI, SAMANTA CORNAVIERA, NICOLETTA DEL BUONO, GIORGIO DONEGANI, DRINKABLE BEREBENEOVUNQUE, CRISTINA FABBRI, AMBRA GIOVANOLI, SIMONA PARINI, STUDIO DIWA (REVISIONE TESTI), GIUSEPPE VACCARINI (ABBINAMENTI VINI E BIRRE/RICETTE), RIKI WHITE
Per le foto
AG. 123RF, AG. AWL IMAGES, AG. CONTRASTO, AG. HEMIS, AG. IPA, AG. ISTOCKPHOTO, AG. LA CAMERA CHIARA, AG. SIME, MICHELE BELLA, MATTEO CARASSALE, GIAN GIOVANOLI, MATTEO IMBRIANI, RICCARDO LETTIERI, EZIO MARINI, GIANMARIO MARRAS, SIMO MC GREGOR, DALIBOR MICHALCIK, ANDREA PESCE, BEATRICE PRADA, SEBASTIANO ROSSI, FRANCESCO VIGNALI

Direttore Editoriale FRANCA SOZZANI

Divisione VANITY FAIR, LA CUCINA ITALIANA
Direttore PAOLA CASTELLI

Advertising Manager FEDERICA METTICA

Direttore Vendite GIANCARLO ROPA

Agenzie e Centri Media Off Line: Francesca Guicciardi, Alessandra Manenti, Raffaella Spreafico, Marco Zerbini. **Digital Advertising e Grandi Mercati:** Elia Blei *Direttore*. **Centri Media Digital Lombardia:** Carlo Carrettoni *Responsabile*, Manuela Bondioli, Simona Di Liddo, Letizia Morelli, Giovanni Scibetta. **Grandi Mercati:** Giovanni Azzimonti *Responsabile*, Elena Favetto, Simona Fezzardi, Giovanni Lombardi, Laura Milano, Massimo Palmariello, Lisa Sforzini, Silvia Vietri, Jessica Zolla *Digital*. **Moda e Oggetti Personali:** Mattia Mondani *Direttore*. Alessandra Actis, Matteo Bartolucci, Daniela Dal Pozzo, Angela D'Amore, Antonio D'Angelo, Pietro Gimmelli, Giorgia Guagliumi, Silvia Montessori, Pierluigi Pastres, Luigi Pugliese. **Beauty:** Marco Ravasi *Responsabile*, Margherita Bottazzi, Laura Giovannozzi, Giorgia Pontiggia, Arianna Rubini. **Condé Nast Studio:** Elia Blei *Direttore Commerciale*, Fabio La Motta, Francesca Mapelli, Manuela Migliosi *Responsabile Commerciale Eventi*. **Piemonte, Liguria, Valle d'Aosta:** Mattia Mondani *Area Manager*, Sabrina Badalamenti, Eliana Monticone. **Veneto, Trentino Alto Adige, Friuli Venezia Giulia:** Sabrina Grimaldi *Area Manager*, Paola Bandini, Gabriele Curato, Giulia Ghidoni, Rosa Lo Cascio, Riccardo Marcassa, Lara Morassutti, Sergio Ruffo. **Emilia Romagna, Marche, Toscana, Umbria:** Giancarlo Ropa *Area Manager*. **Emilia Romagna, Marche:** Elisabetta Arena, Daniela Callegari, Enrico Carfì, Caterina Cavallini, Rita Padovano, Alessandra Rossi, Danila Zoppo Martellini. **Toscana, Umbria:** Antonino Acanfora *Area Manager*, Serena Miazzo, Giuliana Montagnoni, Valeria Vicedomini. **Lazio e Sud Italia:** Antonella Basile *Area Manager*, Silvia Bochicchio, Carla Leva, Marilena Loffredo, Paola Mazza, Paolo Stermieri, Barbara Vanni, Salvatore Fasolo **(Na)** Cell. 320 6219168, Maria Rosaria Vecchioni **(Na)** Cell. 335 6450505, Anna Cavallo **(Ba)** Cell. 334 1699896, Francesco Semeraro **(Ba)** Cell. 348 3212118. **Uffici Pubblicità Estero - Parigi/Londra:** Angela Neumann **New York:** Alessandro Cremona. **Barcellona:** Silvia Faurò. **Monaco:** Filippo Lami. **Digital Marketing:** Manuela Muzza. **Social Media:** Roberta Cianetti.

EDIZIONI CONDÉ NAST S.p.A.

Presidente e Amministratore Delegato GIAMPAOLO GRANDI
Direttore Generale FEDELE USAI
Vicedirettore Generale DOMENICO NOCCO

Vice Presidente GIUSEPPE MONDANI, **Direttore Business Development** MICHELE RIDOLFO, **Direttore Digital** MARCO FORMENTO
Direttore Comunicazione LAURA PIVA, **Direttore di Produzione** BRUNO MORONA, **Direttore Circulation** ALBERTO CAVARA
Direttore Risorse Umane CRISTINA LIPPI, **Direttore Amministrativo** ORNELLA PAINI, **Controller** LUCA ROLDI
Direttore CN Studio ROBERTA LA SELVA, **Direttore Creativo CN Studio** CRISTINA BACCELLI
Direttore Prodotti Digitali BARBARA CORTI, **Direttore Branded Content** RAFFAELLA BUDA

Sede: 20121 **Milano**, piazza Castello 27 - tel. 0285611 - fax 028055716. **Padova**, via degli Zabarella 113, tel. 0498455777 - fax 0498455700. **Bologna**, via Carlo Farini 13, Palazzo Zambeccari, tel. 0512750147 - fax 051222099 - **Firenze**, via Jacopo Nardi 6, tel. 0552638789 - fax 0552009540. **Roma**, via C. Monteverdi 20, tel. 0684046415 - fax 068079249. **Parigi**, 4 place du Palais Bourbon 75007 Paris - tel. 00331-44117885 - fax 00331-45569213. **New York**, 125 Park avenue suite 2511 - New York NY 10017 - tel. 212-3808236 - fax 212-7867572. **Barcellona**, Passeig de Gràcia 8/10, 3° 1a - 08007 Barcelona tel. 0034932160161 - fax 0034933427041. **Monaco di Baviera**, Eierwiese 5b - 82031 Grünwald - Deutschland - tel. 0049-89-21578970 - fax 0049-89-21578973. **Istanbul**, Yenimahalle Tayyareci Fethi Sok. 28/7 Bakırkoy - 34142 Istanbul - Turkey - Cell: 0090-532-2614343 - email: arin@condenast.it

IN COPERTINA *Cuori di mousse ai lamponi* (pag. 115)
Ricetta di Marcello Martinangeli - *Foto di* Riccardo Lettieri

I menu di febbraio

SEI PROPOSTE **SCELTE** TRA LE NOSTRE RICETTE

1 Gourmet

85. PICCOLE **QUICHE** CON CARDI E OLIVE

51. **SHABU SHABU**

118. **ÉCLAIR** AL CIOCCOLATO E NOCCIOLE

Facile 2

83. **BOCCONCINI** DI TARTARE CON CAROTE IN AGRODOLCE

90. **SCRIPPELLE** 'MBUSSE

61. **MATTONELLA** CON FRUTTA SECCA E CEREALI CROCCANTI

116. **MACEDONIA** AL GRAND MARNIER

Vegetariano 3

88. **RAVIOLI** DI RICOTTA E CARCIOFI

102. **ROTOLINI** DI DAIKON E PORRI CON NOCI E RIBES

87. **TARTUFI DI ZUCCA** E FORMAGGIO CON GRANELLA DI NOCCIOLE

46. **BIGNÈ DI AZUKI** CON CREMA DI PERE

4 Di mare

123. **ORATA** CON PAPAIA, SEDANO E QUINOA

95. **BRODETTO** DI PESCE

30. **LASAGNETTE** DOLCI DI PASTA FILLO E MELE

5 Festa di Carnevale

59. **STRUDEL SALATO** CON CAPPUCCIO E MELA

46. **CASTAGNOLE** DI GAMBERI

60. **CARTELLATE**

35. **DUETTO** CON POLLO

117. **CHIFELETTI** DI PATATE

6 Romantico con spezie

84. **TERRINA** DI MERLUZZO CON SALSA ALLO ZENZERO E LIME

97. **MAZZANCOLLE** IN SALE SPEZIATO

104. **INDIVIA** BELGA E RADICCHIO IN "DOLCEFORTE"

115. **CUORI DI MOUSSE** AI LAMPONI

***Test in vitro di efficacia antiossidante condotto su DEFENCE ELIXAGE VELOURS R3: inibizione del rilascio di ROS (radicali liberi dell'ossigeno) in fibroblasti.

In Farmacia

Dove andare

A IVREA E A PUTIGNANO PER IL CARNEVALE, A ROMA E A SANREMO PER **GUSTARE I PIATTI** DI GRANDI CUOCHI. VINI ECCELLENTI A MILANO E A MONTEFALCO. E A VENEZIA C'È UN TRIONFO DI FORMAGGI

A CURA DI NICOLETTA DEL BUONO

7 FEBBRAIO

IVREA (TO)
Il Carnevale

Uno degli highlight del Carnevale eporediese, che ha il suo vertice nella pomeridiana Battaglia delle arance, è la **Fagiolata** del Castellazzo in piazza Maretta che mette in scena la distribuzione gratuita di razioni della classica minestra preparata con i famosi fagioli grassi di Ivrea.
www.storicocarnevaleivrea.it

20-21 FEBBRAIO

ROMA
Culinaria

Ideata dallo chef Francesco Maria Pesce, giunge quest'anno alla X edizione. Protagonisti della due giorni romana **grandi chef** italiani (nella foto Enrico Crippa) e stranieri con show cooking che mixano tradizione e cucina d'avanguardia. Nell'area "Quisimangia", in una scenografia futurista, piatti eseguiti con cotture a bassa temperatura.
www.culinaria.it

18 FEBBRAIO

MILANO
Go Wine: Barolo, Barbaresco & Roero

All'Hotel Michelangelo, Go Wine organizza un evento unico per degustare e approfondire la conoscenza di questi **tre vini straordinari**, del loro terroir, delle aziende che li producono, della loro storia, dell'affinamento, dei piccoli segreti che ne fanno delle eccellenze del made in Italy. *www.gowinet.it*

DOVE È
"Casaria" è a ingresso libero e si tiene presso Campo San Geremia. Previste convenzioni con alberghi di Venezia

20-22 FEBBRAIO

VENEZIA
Casaria

Sottotitolata "Cheese in Venice", è un appuntamento biennale dove si presentano **le migliori produzioni** lattiero-casearie. A condire l'evento convegni, laboratori, incontri professionali, show cooking, e un "Fuori Salone" che coinvolge i migliori ristoranti veneziani.
www.casariavenezia.it

12 FEBBRAIO-6 MARZO
AGRIGENTO
SAGRA DEL MANDORLO
Festa popolare di Agrigento che celebra la rinascita primaverile della vita anche con street food e degustazioni della mandorla.
sagradelmandorloinfiore.com

13-16 FEBBRAIO
PORDENONE
CUCINARE. PER PIACERE, PER MESTIERE
Oltre 150 tra aziende vinicole, conserviere, di attrezzature per la ristorazione, distillerie, salumifici, caseifici e birrifici. *www.cucinare.pn*

22-23 FEBBRAIO
MONTEFALCO (PG)
ANTEPRIMA SAGRANTINO
Anteprima di uno tra i rossi più pregiati: si degusterà l'annata 2012 del Montefalco Sagrantino DOCG secco e passito.
www.consorziomontefalco.it

Fotografie di 123rf, Simo Mc Gregor

27-1°

FEBBRAIO-MARZO

MONTICHIARI (BS)
Golositalia & Aliment

600 aziende, oltre 70.000 visitatori, **120 eventi** con corsi di degustazione e di cucina, seminari, dimostrazioni, concorsi, incontri con operatori di settore. Un evento gastronomico tra i più importanti d'Italia il cui programma tratta di food, vino, birra, tecnologia. Inserita un'area bio-vegana. *www.golositalia.it*

OLTRE MILLE I PIATTI PREPARATI DAGLI CHEF DA PROVARE AL RISTORANTE DELLE NAZIONI

28-2

FEBBRAIO-MARZO

MARINA DI CARRARA (MS)
INTERNAZIONALI D'ITALIA

Oltre **500 cuochi** da tutta Europa si sfidano individualmente e a squadre in competizioni di cucina calda e fredda di impronta mediterranea. A giudicare i concorrenti una giuria di 30 rinomati chef.
www.internazionaliditalia.eu

"Mai impegnarsi con **un formaggio** senza averlo prima esaminato"

T.S. Eliot (1888-1965)

13-15

FEBBRAIO

MILANO
Salon du Chocolat

Approda nel capoluogo lombardo il Salon du Chocolat, nato a Parigi 20 anni fa e dedicato al suggestivo mondo del cibo degli Dei. Il raduno dei massimi *maître chocolatier* prevede **un tourbillon** di eventi, show e incontri culturali, assaggi e degustazioni per scoprire le diverse sfumature del cioccolato.
www.salonduchocolat.it

7-13

FEBBRAIO

SANREMO (IM)
CASASANREMO

In concomitanza con il Festival della Canzone Italiana, sette giorni di show cooking d'autore, **percorsi gourmet** e momenti formativi.
E il giorno 8 la De Cecco Cup mette in scena una gara tra chef professionisti ed emergenti.
www.casasanremo.it

13-14 FEBBRAIO
CERASOLO DI CORIANO (RN)
FESTIVAL DEI SAPORI E DELLE TRADIZIONI
Importante vetrina del meglio dell'artigianato agroalimentare italiano.
www.eventi3000.com

7-9 FEBBRAIO
PUTIGNANO (BA)
622° CARNEVALE
Protagonista è la maschera Farinella che deve il suo nome a una tipica focaccia locale fatta con farina di orzo tostato e ceci.
www.carnevalediputignano.it

20-22 FEBBRAIO
PIACENZA
VIII SORGENTEDELVINO LIVE 2016
La kermesse presenta, tra l'altro, giovani produttori e le loro prime vinificazioni.
www.sorgentedelvinolive.org

Giusti adesso

DAI FORMAGGI AL PESCE, DALLA VERDURA ALLA FRUTTA, DAL DOLCE AL SALATO, AL PICCANTE: UNA **SFILATA DI SAPORI** PER UN FEBBRAIO PIENO DI GUSTO

A CURA DI NICOLETTA DEL BUONO

IL CAVOLO CAPPUCCIO

Cresce nelle varietà bianca, verde e rosso-viola ed è tra le verdure più ricche di **principi nutritivi** con importanti proprietà antinfiammatorie. Con il bianco e il rosso si fanno i crauti, un classico contorno della cucina tedesca. *È uno degli ingredienti della ricetta a pagina 59.*

25 CALORIE E BEN 170 MG DI POTASSIO PER 100 GRAMMI

IL FINOCCHIO

"Maschio" è il modo comune per indicare i finocchi tondi e panciuti, ottimi crudi; "femmina", per quelli piatti e sottili, migliori cotti. In realtà non si tratta di piante distinte per sesso, ma di una **selezione** delle sementi delle varietà. *È uno degli ingredienti della ricetta alle pagine 26 e 101.*

Il rombo liscio

La sua polpa è spessa, compatta, delicata e con **poche spine**. La miglior riuscita in cucina si ha con esemplari sui 4 chili. Tuttavia è meno pregiato del rombo chiodato, caratterizzato dai tubercoli ossei sulla pelle, che arriva a 12 chili.

Il Castelmagno

Grande formaggio Dop semiduro di latte vaccino crudo di cui si hanno testimonianze già intorno al Mille. Comuni d'elezione: Castelmagno, Pradleves, Monterosso Grana, in provincia di **Cuneo**. Stagiona in grotte per almeno 60 giorni e invecchiando assume venature verdastre. È il protagonista della fonduta piemontese.

L'avocado

Gli Spagnoli, che lo scoprirono in Messico, lo definirono un frutto "con una polpa simile al burro e un eccellente sapore". Ricco di proprietà salutari, è squisito condito con olio, pepe e sale, nelle insalate e anche **spalmato sul pane**. Se ne ricava un olio dal gusto delicato. *È uno degli ingredienti della ricetta a pagina 61.*

La melannurca

Piccola, profumata, croccante, Igp della Campania dal 2006. Dopo la raccolta, manuale, le mele vengono sistemate a terra in appositi "melai" per completare l'arrossamento della buccia.

Il cavolino di Bruxelles

Germoglio della *Brassica oleracea*, è buono se sodo e **ben incappucciato**, con foglie carnose e di colore verde vivace. Ha un alto contenuto di vitamina C e un sapore amarognolo che si attenua in cottura.

È il momento di

CICORIA	LIMONE
SONCINO	MANGO
INDIVIA	MARZUOLO
ERBETTE	CANOCCHIA
TOPINAMBUR	SCORFANO
MANDARANCIO	NASELLO

Fotografie di 123rf, Stockfood/La Camera Chiara, Riccardo Lettieri, Alamy/IPA

5 artigiani del cibo

GRANDI SALUMI, CIOCCOLATINI IMPAREGGIABILI, GERMOGLI RINFRESCANTI E UNA GRAPPA MAGISTRALE: ECCO UNA CARRELLATA DI GHIOTTONERIE CHE TESTIMONIA LA **BRAVURA** DEI NOSTRI PRODUTTORI

TESTO SIMONA PARINI

1

*"È stato mio padre a svelarmi i segreti dell'***arte norcina***".*

Giovanni SARTORETTI

UN MESE DI STAGIONATURA
La mortadella ossolana si consuma dopo una stagionatura di trenta giorni. Appena insaccata può essere gustata anche cotta al forno o lessata.

LA MORTADELLA OSSOLANA

Giovanni Sartoretti, 79 anni portati con brio, è cresciuto a pane e salumi. Sin da bambino aiuta il padre Pierino che a Masera, piccolo paese dell'Ossola, macella e lavora le carni. Da lui impara quei **SEGRETI** che oggi applica ai suoi salumi come la mortadella ossolana. Composta di carni crude di suino con una piccola percentuale di fegato e aromatizzata con VIN BRULÉ, è insaccata e legata a mano piegandola a metà. E creando così la tipica fetta doppia.

Buona con il Prunent *Fasi finali dell'insaccatura e della stagionatura della mortadella dell'Ossola, ottima con il pane nero accompagnata dal Prunent, il vino rosso ricavato dall'omonimo e antichissimo vitigno locale clone del nebbiolo.*

DOVE TROVARE I SALUMI OSSOLANI
Divin Porcello
Frazione Cresta
Masera (VB),
www.divinporcello.it

2

"L'alimentazione **biologica** *è la mia passione sin da quando ero ragazza".*

Danila BARBETTI

GERMOGLI DI LAGO

Nella sua azienda agricola sulla sponda bresciana del lago d'Iseo Danila Barbetti coltiva con **METODO BIO** otto varietà di germogli tra cui quelli di porro, ideali anche in piccole dosi per dare carattere a piatti come la tartare di carne e la crema di zucca. I germogli sono l'ingrediente base anche delle BARRETTE CRUDISTE, essiccate senza superare i 42 °C.

DOVE TROVARE I GERMOGLI BIO

Sempreverde Biogermogli, via Metelli 8, Marone (BS), www.sempreverdebiogermogli.blogspot.it

DOVE TROVARE LE GRAPPE

Nannoni Grappe, Loc. Aratrice 135, Civitella Paganico (GR), www.nannoni.net

LE GRAPPE DEL MAESTRO

Sin da piccola Priscilla Occhipinti frequenta Gioacchino Nannoni, amico del padre, per apprendere l'arte della distillazione. Oggi, a nemmeno 40 anni, è **MAESTRO DISTILLATORE** e titolare dell'azienda del suo maestro, dove trasforma le vinacce fresche provenienti da annate alterne prodotte da CENTINAIA DI VIGNAIOLI ITALIANI. Anche i cuori più freddi si scaldano con le sue grappe come la *Saggezza del Maestro*, invecchiata sette anni e confezionata in bottiglie numerate di vetro soffiato.

3

"L'alchimia e la **magia** *della distillazione mi hanno conquistata per non lasciarmi più".*

Priscilla OCCHIPINTI

4

"Da oltre **cent'anni** *manteniamo la lavorazione dei nostri prodotti completamente in Italia".*

Pippo CALLIPO

IL FUOCO DI CALABRIA

La 'Nduja di Spilinga, il salume morbido preparato con carne di maiale e (molto) **PEPERONCINO** piccante, è apprezzata anche all'estero. In Inghilterra quella prodotta da Callipo è diventata un vero e proprio cult grazie anche allo chef FRANCESCO MAZZEI, calabrese doc, di casa (e fornelli) a Londra.

DOVE TROVARE LA 'NDUJA

Callipo Group, www.shop.callipo.com

LA DOLCEZZA CURERÀ IL MONDO

A Torino l'antica bottega di spezie Farmacia Bestente nata nel 1833 è oggi una boutique gourmet che, annessa al ristorante **DEL CAMBIO**, sfoggia le delizie di Fabrizio Galla, gran pasticciere e maestro cioccolatiere. È qui, tra boiserie d'epoca, che CREA le sue "medicine dolci", ossia cioccolatini con amaretti, arachidi, gianduia, mandorle amare, pistacchi, polvere di yuzu e zenzero.

DOVE TROVARE LE "MEDICINE DOLCI"

La Farmacia del Cambio, piazza Carignano 2, Torino, delcambio.it

5

"Il cioccolato è una materia con **infinite possibilità** *creative".*

Fabrizio GALLA

Fotografie di Riccardo Lettieri, Ezio Marini

Misura per misura

BILANCE, BROCCHE GRADUATE, MESTOLI E DOSATORI PER STABILIRE IL **PESO ESATTO** FANNO LA CUOCA PERFETTA

FOTOGRAFIE MATTEO IMBRIANI
STYLING IRENE BARATTO

1 Fa parte della collezione "Woody" il **MESTOLO** in legno di Tescoma, venduto in set da 5 pezzi a 6,40 euro. *www.tescomaonline.com*
BROCCA GRADUATA della linea "Delicia" di Tescoma, 15,90 euro. *www.tescomaonline.com*
2 In vetro, la **BROCCA GRADUATA** da 400 ml di Serax è in vendita da Cargo a 8 euro. *www.cargomilano.it*
3 **BILANCIA** *Fanale* da 2 chilogrammi, in acciaio inox. Brandani, 39,90 euro. *www.brandani.it*
4 **BILANCIA** vintage da 3 chilogrammi, in vendita da Decochic a 29,90 euro. *www.decochic.it*
5 Set di 5 **DOSATORI** in ceramica *Tower* di Alessi, 39 euro. *www.alessi.it*
6 Si chiama *Barista* il **DOSATORE PER ZUCCHERO** di WMF, 24,95 euro. *www.wmf.com*
7 Set di 4 **MISURINI** in acciaio inox di Paderno, 11,50 euro. *www.paderno.it*
8 **DOSATORE** per spaghetti *Voile* di Alessi, 17 euro. *www.alessi.it*

GIOCHI GRAFICI
Piano e fondo realizzati con piastrelle della collezione Déchirer texture Net calce, di Mutina.
www.mutina.it

La dolcezza è servita

FUNZIONALI E DECORATIVE, TRADIZIONALI O DI DESIGN, **PALE E PALETTE** DI OGNI FORMA E MATERIALE PORZIONANO E IMPIATTANO CON ELEGANZA LE FETTE DI TORTA

A CURA DI ANGELA ODONE

Lineare

Ideata dall'architetto olandese Wiel Arets fa parte della linea *eat.it* di Alessi dove è il **disegno simmetrico** la chiave di tutto. In acciaio inossidabile, lunga 25 cm.
€ 18,50
www.alessi.com

Faraonica

Di metallo argentato. La raffinata decorazione classica di **canne di papiro**, caratterizza anche tutto il set di posate *Osiris* di Christofle.
€ 86
eu.christofle.com

Lucida o matt

La paletta della linea *Ever Green* di Baci Milano è di materiale acrilico resistente e **lavabile in lavastoviglie**. Trasparente, come il cristallo, oppure rosa, verde e wood (nella foto). A scelta anche nel colore pieno **lucido** o **extra matt**.
€ 11 www.bacimilano.net

Fotografie di Riccardo Lettieri, Gio Ponti Archives - Milano, Dalibor Michalčik

L'architetto Gio Ponti

XXL

La pala della collezione *Sereno* di Villeroy & Boch ha delle dimensioni **over size**, infatti è lunga 30 cm. **Inalterabile** anche dopo molti lavaggi in lavastoviglie.
€ 19,90 www.villeroy-boch.it

POSATE DA MAESTRO

Architetto e designer che ha definito gli standard estetici del '900, fondatore delle riviste *Domus* nel 1928 e *Stile* (1941), **Gio Ponti** (1891-1979) si dedicò fin dal 1932 alla creazione di collezioni di posate che sfoggiano una perfetta ergonomia nonché una matericità e un'estetica ancora in tendenza.

Old style

Si chiama *Retrò* ed è in acciaio inossidabile con manico lavorato. Adatto alla lavastoviglie. In tre colori lucidi: **nero, oro e rame**.
€ 12
www.bitossihome.it

Fascinosa texture

Nuova di WMF in acciaio 18/10 Cromargan. La finitura dall'effetto satinato la rende piacevole anche al tatto.
€ 9,95
www.wmf.com

D'autore

Sambonet ridà vita al genio di Gio Ponti. L'**inedita asimmetria** delle posate *Conca*, disegnate nel 1951, mantiene intatta la sua attualità formale e d'uso: una vera opera d'arte applicata. La spatola costa **€ 50,90**
www.sambonet.it

ASTUZIA PER GOLOSI

Ha una forma studiata apposta la *pala dolce con estrattore* per prendere le fette di torta senza difficoltà e per servirle altrettanto facilmente grazie al meccanismo che le fa staccare senza rischiare di romperle e le sistema nel piatto in un gesto. È lunga 27 cm e costa 9,90 euro. www.tescomaonline.com

Cosa c'è di nuovo?

DAGLI SCAFFALI DEI **SUPERMERCATI** E DA QUELLI DELLE **BOTTEGHE** SPECIALIZZATE, ECCO LA NOSTRA SELEZIONE DI PRODOTTI. TUTTI *PROVATI IN REDAZIONE*

A CURA DI ANGELA ODONE

MOLTO PIÙ che gluten free

NutriSì è il marchio toscano specialista nei prodotti senza glutine. L'intera gamma, disponibile nei **SUPERMERCATI**, comprende anche preparazioni *senza lieviti, senza lattosio, senza uova e senza grassi animali*. In perfetto equilibrio tra gusto e salute. *www.nutrisi.it*

Tutti i giorni

Gli allevatori consegnano il latte fresco ai maestri casari due volte al giorno, mattina e sera

Tradizione svizzera dal 1115

Dolce, **AROMATICO**, leggero e digeribile. È il Gruyère Dop, prodotto artigianalmente dal XII secolo nei distretti di Gruyère, Vaud, Neuchâtel, Giura e in alcuni comuni del Bernese. Diverse stagionature per diverse tipologie: *Classico* da 6 a 9 mesi, *Reserve* fino a 24 mesi. E poi due varietà: il *Gruyère d'Alpage Dop*, prodotto in estate, e il *Gruyère Dop Bio*, realizzato solo con latte di fattorie "Bio-Suisse". *www.formaggisvizzeri.it*

Tre nuove varianti

AD CHINI ha ampliato la linea delle MOUSSE BIOLOGICHE proponendo i gusti mela e fragola, mela e frutti di bosco e mela e mirtillo. Tutte le mousse sono *senza conservanti, coloranti e zuccheri*. **In vaschette da 100 g.**

www.adchini.it

Anche in viaggio come a casa

In tutti i ristoranti Briccocafè, L'Orto e Ristop si può gustare un piatto di pasta di grano duro e di pasta fresca ripiena, REALIZZATO SUL MOMENTO ogni giorno. Anche in versione *premium* con astice, capesante, gamberi e tartufo.

italianfoodattitude.com

EXTRA

PREZIOSO ARCOBALENO

Si chiama COLOR la collezione di Crieri, azienda valenzana specializzata nella produzione di bracciali e collane *tennis*. Oro rosa, oro brunito, oro bianco rodiato blu e diamanti neri, brown, viola, blu...

www.crieri.it

OLIO DI SEMI DI FRUTTI

BioNike si prende cura di tutto il corpo, capelli compresi, con questo olio ricco di vitamine e di principi antiossidanti. I SEMI da cui si ricava sono i noccioli di pesca, albicocca, prugna, ciliegia; a questi si aggiungono gli oli di frutti di bosco, quelli di melograno, uva, fico d'India, anguria e agrumi. In confezione da 100 ml.

www.bionike.it

a cod.it
PASSIONI
CHE UNISCONO
Le vere passioni si riconoscono subito e stanno bene insieme. La nostra è seguire i terreni, le vigne, la vendemmia, il lavoro in cantina e finalmente il vino. Così, a Cortona, nel cuore della Toscana, nasce Santa Cristina: una famiglia di vini simbolo del buon vivere. E per voi, qual è la passione che merita una buona bottiglia, insieme?
www.santacristina1946.com
Vini Santa Cristina
SANTA
CRISTINA
TOSCANA
INDICAZIONE GEOGRAFICA TIPICA

3 menu da copiare

Presto e bene

Piatti semplici, **ORIGINALI**, appetitosi, belli da portare in tavola. Con ingredienti facili da trovare. Pronti da 10 a 30 minuti

RICETTE SERGIO BARZETTI **TESTI** AMBRA GIOVANOLI **FOTOGRAFIE E STYLING** BEATRICE PRADA

Insalata di patate, ceci e puntarelle

TEMPO 20 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g patate
300 g puntarelle
200 g ceci già lessati
60 g zenzero fresco
alloro
limone
vino bianco
olio extravergine di oliva
sale

SBUCCIATE *le patate e tagliatele a cubetti. Mondate le puntarelle, tagliatele a metà, per il lungo, e lessatele con le patate, in acqua aromatizzata con una rondella di limone, uno spruzzo di vino, una foglia di alloro e un filo di olio per 5-6′.*
PELATE *lo zenzero, grattugiatelo, strizzatelo per ricavarne il succo e mescolatelo con 4 cucchiai di olio e un pizzico di sale.*
SCOLATE *le puntarelle e le patate, mescolatele in una terrina con i ceci, condite tutto con l'emulsione allo zenzero e servite.*
LA SIGNORA OLGA *dice che potete cuocere le patate e le puntarelle anche nel forno a microonde, in una ciotola con un dito di acqua, avvolta nella pellicola, per 5-6′ alla massima potenza.*

Saltimbocca di rana pescatrice con scarola

TEMPO 25 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g rana pescatrice
300 g insalata scarola
4 pomodori secchi sott'olio
acciughe sott'olio
olive nere
vino bianco salvia
farina integrale
olio extravergine di oliva

MONDATE *la scarola, tagliuzzatela e mettetela in una ciotola.*
SMINUZZATE *una decina di olive e un paio di acciughe sgocciolate, soffriggetele in 4 cucchiai di olio per 2′, poi mescolatele alla scarola.*
TAGLIATE *la rana pescatrice in 8 piccoli tranci da circa 60 g l'uno, apriteli a libro, tagliando la polpa senza arrivare dall'altra parte; farciteli con una foglia di salvia, 1/2 pomodoro secco, poi richiudeteli e fermateli con uno stecchino.*
PASSATELI *nella farina e rosolateli nell'olio per un paio di minuti per lato, infine sfumate con 1/2 bicchiere di vino e cuocete per altri 4-5′.*
ADAGIATE *la scarola nei piatti e completate con i saltimbocca di rana pescatrice.*

TABELLA DI MARCIA

1 Preparate i saltimbocca di **rana pescatrice**.
2 Mondate e lessate **patate e puntarelle**.
3 Pulite e tagliate la **scarola**.
4 Soffriggete le **acciughe** e le olive quindi unitele alla scarola.
5 **Scolate** patate e puntarelle.
6 Rosolate i **saltimbocca**.
7 Preparate l'emulsione allo **zenzero**, poi la macedonia di **frutta e finocchi**.

Macedonia di finocchi e frutta al miele

TEMPO 10 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g 1 mela **200 g** finocchio
1 arancia miele d'arancio

AFFETTATE *sottilmente il finocchio.*
LAVATE *la mela, eliminatene il torsolo e tagliatela a cubetti piccoli, senza sbucciarla.*
PELATE *a vivo l'arancia e riducetela a spicchi. Mescolate tutto in una ciotola, condite con 4 cucchiaini di miele e servite.*

Radice di zenzero fresco: aggiunge un sentore piccantino e agrumato.

20
MINUTI
Insalata di patate, ceci, puntarelle
TUTTO PRONTO IN
30
MINUTI
Macedonia di finocchi e frutta al miele
Saltimbocca di rana pescatrice con scarola
25
MINUTI

30
MINUTI

Zuppa rapida
di cime di rapa

10
MINUTI

TUTTO
PRONTO IN
40
MINUTI

Crostoni di pane fritto
con crudità di carciofi

Palline di ricotta,
meringa e salsa al caffè

15
MINUTI

Foto ingredienti 123rf

Zuppa rapida di cime di rapa

TEMPO 30 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g cime di rapa con foglie
200 g cavolfiore
100 g porro
noce moscata
olio extravergine di oliva
sale

MONDATE *le foglie delle cime di rapa, sfilandole dai gambi, recuperate le infiorescenze centrali e tagliuzzate tutto.*
ELIMINATE *il fusto e le foglie del cavolfiore, quindi affettate la testa.*
TAGLIATE *a rondelle il porro.*
LESSATE *le verdure in 1 litro di acqua bollente per 15′, poi frullatene la metà, riversate il passato nella pentola, mescolatelo al resto e proseguite per 1′, unendo sale e noce moscata.*
SERVITE *la zuppa di verdure calda o tiepida, completandola con un generoso filo di olio.*
LA SIGNORA OLGA *dice che con il termine cime di rapa si indicano le infiorescenze centrali del cespo, simili ai broccoletti.*

Scelti per voi

STILE IN TAVOLA
Pois, righe e quadrettini sui toni del blu da **giocare** con stoviglie in stile **"rustico giap"**. Le **posate** sono di Mepra; il **tessuto** a righe di Job.

PROVATI E APPROVATI
Dal supermercato tre scelte per la dispensa di casa. Aroma intenso ed equilibrato nella salsa per la ricotta dolce con il **caffè in polvere** di Vergnano. Dà carattere alla pasta l'**olio extravergine** di oliva Dop Umbria di Coppini. Sempre fresca nelle pratiche buste la **valerianella** di Insal'Arte, da arricchire con agrumi e altra frutta, fresca e secca, per un salutare contorno lampo.

Crostoni di pane fritto con crudità di carciofi

TEMPO 15 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
200 g 4 spesse fette di pane
30 g pecorino grattugiato
3 carciofi mondati – **3** uova
latte – limone – prezzemolo
olio extravergine di oliva
sale – pepe

SBATTETE *le uova con 2 cucchiai di latte, il pecorino, sale e pepe.*
IMMERGETEVI *via via le fette di pane e friggetele in padella, in un dito di olio, per 4′ per lato, e finché non appariranno ben dorate.*
TAGLIATE *i carciofi a metà, eliminatene la barbetta centrale, poi affettateli sottili e conditeli con un filo di olio, il succo di 1/2 limone, un pizzico di sale e pepe.*
SERVITE *i crostoni di pane fritto con i carciofi e completate con prezzemolo.*

Palline di ricotta, meringa e salsa al caffè

TEMPO 10 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g ricotta di pecora
40 g meringa
caffè in polvere
zucchero
lamelle di mandorle tostate

SBRICIOLATE *la meringa, poi amalgamatene 20 g alla ricotta e distribuite il resto su un piatto.*
PREPARATE *una tazzina abbondante di caffè, versatelo in una ciotola e sbattetelo con la frusta, insieme con 3 cucchiai di zucchero, finché non diventerà chiaro e spumoso. Lasciatelo intiepidire.*
FORMATE *12 palline con la ricotta, passatele nella meringa sbriciolata e distribuitele in 4 ciotoline.*
IRRORATELE *con un po' di salsa al caffè e completate con lamelle di mandorle. Servite subito.*
LA SIGNORA OLGA *dice che se non consumate subito le palline di ricotta e meringa, conservatele in frigorifero e irroratele solo all'ultimo con la salsa al caffè.*

TABELLA DI MARCIA

1 Mondate le **verdure** per la zuppa e lessatele.
2 Pulite i **carciofi** e affettateli.
3 Preparate il **caffè**, poi "montatelo" con lo zucchero.
4 Sbattete le **uova** con gli altri ingredienti, immergetevi le fette di **pane** e friggetele.
5 Frullate metà della **zuppa** e rimescolatela al resto.
6 Preparate le palline di **ricotta** e meringa.

Il vino giusto

Nove piatti appetitosi, in cui prevalgono acidità, zuccheri e spiccati aromi vegetali che invitano a prediligere i bianchi. Ecco la nostra selezione, con un passito per un brindisi in due fuori del comune.

BIANCO Terre Siciliane "Vignammare" 2014 Barraco
Il terroir marinaro di Petrosino nel Trapanese valorizza la franca personalità del vitigno siciliano grillo. Un bianco di carattere per la pasta e la pescatrice. 12 euro.

BIANCO Verdicchio dei Castelli di Jesi Classico Superiore "Il Coroncino" 2014 Fattoria Coroncino
Le argille di Staffolo sulle colline marchigiane e la mano di Lucio Canestrari per un Verdicchio autentico e potente. Per l'insalata di patate e puntarelle, il crostone e la zuppa. 12 euro.

ROSSO Grignolino Monferrato Casalese "Bricco del Bosco" 2015 Accornero Da Vignale Monferrato arriva questo rosso piemontese leggero e lievemente tannico, ideale con il vitello e con il crostone, invece del bianco. 10 euro.

PASSITO Vallée d'Aoste Chambave Moscato passito 2013 La Crotta di Vegneron
Il vitigno aromatico italiano per antonomasia, in versione passita: dolcezza ed equilibrio per i nostri dessert. 25 euro.

Scelti per voi *da Samuel Cogliati*
www.possibiliaeditore.eu

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***17 dicembre***

Tagliatelle con sugo espresso di alici e limone

TEMPO 15 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
350 g tagliatelle integrali
200 g alici fresche già pulite
limone
timo fresco
aceto di vino bianco
olio extravergine di oliva
sale – pepe

LESSATE *la pasta in acqua bollente salata, aromatizzata con una scorza di limone.*
SCIACQUATE *le alici in una ciotolina con un dito di aceto, poi rosolatele in un filo di olio per 2' a fuoco vivace, dunque unitevi il succo di un limone, un po' di scorza grattugiata, un pizzico di sale, pepe e le foglie di un rametto di timo; spegnete dopo mezzo minuto.*
SCOLATE *la pasta e trasferitela nella padella con le alici.*
SERVITELA *subito completando con un filo di olio e altra scorza grattugiata di limone, a piacere.*

Vitello con pompelmo e valerianella

TEMPO 15 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g filetto di vitello
2 pompelmi rosa
valerianella pronta in busta
prezzemolo
farina
olio extravergine di oliva
sale – pepe

TAGLIATE *il filetto di vitello in bocconi, passateli nella farina, poi rosolateli in un filo di olio per 5'.*
SPREMETE *un pompelmo e versatene il succo sul vitello, salate, pepate e proseguite la cottura per 5'.*
PELATE *a vivo l'altro pompelmo e tagliatelo a spicchi.*
SERVITE *i bocconi di vitello con prezzemolo tritato, gli spicchi di pompelmo e ciuffi di valerianella.*

Lasagnette dolci di pasta fillo e mele

TEMPO 20 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
12 fogli di pasta fillo (10x10 cm)
2 mele
burro
baccello di vaniglia
zucchero di canna
zucchero a velo

MONDATE *le mele e tagliatele a dadini; saltateli in padella con una noce di burro, un tocchetto di baccello di vaniglia e un cucchiaio di zucchero di canna per 4-5'.*
STENDETE *4 fogli di pasta fillo su una teglia, distribuite sopra ciascuno un cucchiaio di dadini di mela, copriteli con un altro foglio di pasta, quindi proseguite con altre mele e finite con un ultimo foglio di pasta, ottenendo 4 lasagnette; infornatele a 160-170 °C per 5-6'.*
SFORNATELE, *spolverizzatele con zucchero a velo e servitele con i dadini di mela avanzati.*

LA SIGNORA OLGA *dice che per un risultato più rustico e divertente, sovrapponete i fogli di pasta fillo sfalsandoli un po' fra loro, creando così un effetto simile a un fiore o una stella.*

TABELLA DI MARCIA

1 Tagliate la **carne** di vitello e rosolatela.
2 Mondate le **mele**, tagliatele e saltatele in padella.
3 Lessate la **pasta**.
4 Bagnate il **vitello** con il succo di pompelmo.
5 Preparate le lasagnette di **pasta fillo** e mele, quindi infornatele.
6 Preparate il **sugo** di alici e limone.
7 Pelate a vivo il **pompelmo**.
8 **Scolate** la pasta.
9 **Sfornate** le lasagnette.

Lasagnette dolci di pasta fillo e mele

Tagliatelle con sugo espresso di alici e limone

Vitello con pompelmo e valerianella

Tentazione bacon...

ESALTA TUTTI I PIATTI ED È **IRRESISTIBILE** QUANDO DIVENTA PROTAGONISTA DI SPUNTINI E PICCOLI ANTIPASTI

Rosolato
Il bacon contiene più acqua della pancetta e per questo in cottura dà un risultato migliore: il grasso diventa croccante senza bruciare e le parti magre restano morbide.

In tranci
Comodo da tagliare a dadini o da lessare in pezzi grossi, deve essere un po' ripulito dalla cotenna.

Per saperne di più

Salume tipico della **cultura anglosassone**, il bacon si ricava dall'addome del maiale, ma anche da altri tagli, come la gola o la coscia. La carne subisce un trattamento di salatura, diverso in base ai tipi, e una **stagionatura molto più breve** rispetto alla nostra pancetta: per questo si mangia solamente cotto.

A fette
È pronto da cuocere e non ha scarti. In Italia, il bacon è quasi sempre affumicato. In Inghilterra si trova anche al naturale.

RICETTE WALTER PEDRAZZI
TESTI LAURA FORTI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

Agrodolce

BOCCONCINI CARAMELLATI

per 4 persone

12 fette di bacon – aceto balsamico
zucchero di canna
pistacchi – olio extravergine di oliva

Rosolate il bacon con un filo di olio, poi toglietelo dalla padella. Aggiungete un cucchiaio di zucchero di canna, fatelo fondere poi bagnate con 2 cucchiai di acqua. Portate a bollore, unite un cucchiaio di aceto balsamico, ottenendo una salsina. Passatevi le fette di bacon, arrotolatele ad anello e infilzatele su stecchi da spiedo. Servite con pistacchi spezzettati.

Esotico

SNACK CON FRUTTA SECCA

per 4 persone

150 g frutta secca mista (noci macadamia, pistacchi, noci del Brasile, mandorle, anacardi)
100 g cavolfiore viola a ciuffetti
100 g bacon a fette – maggiorana
zucchero di canna – olio extravergine – sale – pepe

Tagliate il bacon a pezzettini e rosolatelo in una padella con un filo di olio per 2'. Togliete il bacon e mettete nella padella un pizzico di zucchero di canna. Quando comincia a sciogliersi, aggiungete la frutta secca e i cavolfiori a ciuffetti, un pizzico di sale e pepe. Insaporiteli per 1', aggiungete nuovamente il bacon e un po' di maggiorana, infine lasciate raffreddare.

A cubetti
Pratico, per paste e torte salate, sempre da rosolare prima in padella.

Classico

CORONA CON UOVA CREMOSE

per 4 persone

16 fette di bacon – 8 uova
panna acida – erba cipollina – sale

Arrostite il bacon in padella per 3'. Appoggiate le fette su carta da cucina. Sistematele poi a quattro a quattro in 4 anelli tagliapasta (ø 8 cm), creando 4 corone. Cuocete le uova in padella con un pizzico di sale e 2 cucchiai di panna acida, mescolandole con una forchetta, finché non saranno rapprese, ma ancora cremose. Distribuite le uova nelle corone di bacon, togliete gli anelli e servite, completando con erba cipollina sminuzzata.

Avvolgente

CON POLPO E ZENZERO

per 4 persone

__280 g__ tentacoli di polpo lessati – __250 g__ bacon a fette zenzero in polvere – paprica

Tagliate a rondelle i tentacoli del polpo e avvolgeteli nelle fette di bacon. Infilzateli su stecchi da spiedo, in modo da fermare la fetta di bacon, disponeteli su una placca coperta con carta da forno e infornateli a 200 °C per 10-12'. Sfornateli e profumateli con zenzero in polvere. Toglieteli dagli stecchi e serviteli spolverando in ultimo con paprica.

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***10 novembre***

LO STILE IN TAVOLA Padella Alessi.

Salutare

LESSATO, IN INSALATA CON MELA VERDE

per 4 persone

__200 g__ 1 trancio di bacon alto almeno 4 cm
__60 g__ insalata – 1 mela verde – pepe

Lessate il trancio di bacon in acqua bollente per 30' circa. Scolatelo, ripulitelo dalla cotenna e tagliatelo a fettine. Disponetelo nei piatti con l'insalata e completate con la mela a dadini e pepe.

Intrecciato

DUETTO CON POLLO

per 20 stecchi

__250 g__ petto di pollo a fette – __20__ fette di bacon insalata – timo

Tagliate il pollo in 20 striscioline; intrecciatele con altrettante fettine di bacon, infilzandole su stecchi da spiedo lunghi. Appoggiateli su una teglia coperta con carta da forno e infornate a 200 °C per 10'. Servite gli spiedini caldi, con insalatina fresca a piacere, completando con un po' di timo.

Calde note fumé

UNA TAZZA DI VINO **BOLLENTE E SPEZIATO** E UN RAMETTO DI ROSMARINO ARSO PER RICORDARE LO SPIRITO DEL FUOCO

COCKTAIL DRINKABLE BEREBENEOVUNQUE **TESTI** ANGELA ODONE
FOTO RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

alcolico

ROMEO

***Ingredienti per 1 cocktail: 1/4** pera William*
***5 cl** succo di pera – lime – ginger beer – rosmarino*

Tagliate a tocchi lo spicchio di pera e raccoglieteli nello shaker. Bruciate parzialmente un rametto di rosmarino e unitelo ai tocchi di pera, versatevi sopra il succo di pera, quello di mezzo lime e pestate delicatamente. Unite il ghiaccio e shakerate energicamente. Filtrate in un bicchiere con nuovo ghiaccio e colmate con ginger beer. Decorate a piacere con nuovo rosmarino e fette di pera.

PER IL BRUNCH
Accompagna le uova strapazzate e le carni bianche. Si sposa molto bene anche con torte salate di verdure

AL POSTO DEL TÈ
Nel pomeriggio con i biscotti. Oppure, per il dopocena, con mandarini, frutta secca o cioccolato

analcolico

CAMINETTO

***Ingredienti per 4 tazze: 400 cl** vino rosso secco*
***12 cl** Cognac – **10** acini di uvetta – **4** chiodi di garofano*
***4** zollette di zucchero – **3-4** grani di pepe bianco*
***2** baccelli di cardamomo – **1** arancia – Sambuca Molinari*
cannella in stecca – zenzero fresco

Raccogliete in un pentolino il vino con un pezzetto di cannella, i chiodi di garofano, i grani di pepe bianco, l'uvetta, il cardamomo, un pezzetto di zenzero e 2 scorzette di arancia. Portate sul fuoco e fate bollire per 8-10'. Sfregate 4 zollette di zucchero sulla scorza di un'arancia in modo da profumarle con l'olio essenziale. Distribuite le zollette in 4 tazze. Versate in ciascuna 3 cl di Cognac, filtratevi il vino cotto e completate con una spruzzata di Sambuca.

il profilo sapore

- CALDO SPEZIATO
- AFFUMICATO

Questi drink sono stati preparati, assaggiati e fotografati per voi nella nostra cucina il ***30 novembre***

IL LETTORE IN REDAZIONE

SONIA BOSCHETTO
"Ho iniziato a cucinare a otto anni e non ho più smesso: durante la stesura della mia tesi di laurea, per rilassarmi tra un capitolo e l'altro, sfornavo torte su torte". Così si presenta Sonia Boschetto, pedagogista appassionata di buona cucina e nostra fedele lettrice. "Ormai in casa cucino quasi sempre io e i quaderni di ricette di famiglia ora sono in mano mia. Ne ho due (nella foto sotto), uno era di nonna Rina, l'altro è della mamma". I ravioli che ha preparato nella nostra cucina sono tratti dal ricettario della nonna: "Seguo esattamente le sue indicazioni e i gesti che le ho visto fare tante volte e sono orgogliosa di riuscire a preparare "caronziei" buoni quasi quanto i suoi".

Sono nati per "recuperare" i formaggi avanzati e trasformarli in un piatto di festa. Ottimi con un buon rosso asciutto, di impronta locale, come il Teroldego.

I "caronziei" di nonna Rina

IN TRENTINO OGNI FAMIGLIA HA LA PROPRIA RICETTA PER QUESTI **SOSTANZIOSI RAVIOLI**: ECCOLI, DIRETTAMENTE DA UN CARO QUADERNO DI CASA

PRONTO IN 90 MINUTI

A CURA DI LAURA FORTI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

Alla pagina seguente i passaggi per realizzare la ricetta

LA RICETTA

Ravioli di patate speziati

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 30′
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

700 g patate
500 g farina più un po′
400 g grana grattugiato più un po′
4 uova cipolla burro salvia
aglio in polvere spezie miste (garofolà)
olio extravergine di oliva sale

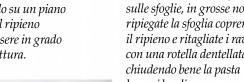
LO STILE IN TAVOLA
Tovagliolo Society by Limonta; padella bianca Moneta, macchina per la pasta Marcato, spianatoia Tescoma, padella verde Risolì.

1 LESSATE *le patate. Intanto preparate la pasta lavorando 400 g di farina con le uova, un pizzico di sale e 4 cucchiai di olio, fino a ottenere un composto omogeneo. Schiacciate le patate.*

2 SCIOGLIETE *in una padella una noce di burro, unite una fetta di cipolla tritata e 100 g di farina. Cuocetela fino a ottenere un insieme di briciole. Aggiungete parte delle patate, poi, lontano dal fuoco, aggiungete parte del grana.*

3 MESCOLATE *di nuovo sul fornello, e unite poco per volta il resto delle patate e del grana, un pizzico di aglio in polvere, sale e un cucchiaino di garofolà. Otterrete un composto consistente e profumato.*

4 STENDETE *la pasta con la sfogliatrice, in sfoglie non troppo sottili, lavorando su un piano infarinato: i ravioli sono grandi e il ripieno consistente, perciò la pasta deve essere in grado di contenerlo senza rompersi in cottura.*

5-6 DISPONETE *il ripieno sulle sfoglie, in grosse noci, ripiegate la sfoglia coprendo il ripieno e ritagliate i ravioli con una rotella dentellata, chiudendo bene la pasta lungo i bordi.*

IL SEGRETO DELL'AROMA

La particolarità di questi ravioli è **il garofolà, una miscela di spezie** molto usata in Trentino per insaporire la salsiccia. "Da noi questo mix si compra in macelleria: è preparato con chiodi di garofano, pepe, cannella, noce moscata e altri ingredienti che nessun macellaio rivelerà mai...", racconta Sonia.

7 LESSATE *i ravioli in acqua bollente salata per 6-8′, poi scolateli delicatamente. Sciogliete in una padella una generosa noce di burro con qualche foglia di salvia e passatevi i ravioli per condirli. Completate con una spolverata di grana e servite.*

Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina il ***30 novembre***

LA CUCINA DI OLDANI

Il potere magico delle spezie

USATE SINGOLARMENTE O COMBINATE IN MISCELE SEMPRE DIVERSE, SONO IL **NUOVO JOLLY** DELLA CUCINA FIRMATA CON MENO GRASSI E MOLTO SAPORE

TESTO E RICETTA DAVIDE OLDANI **A CURA DI** LAURA FORTI
PREPARAZIONE DAVIDE NOVATI **RITRATTO** SEBASTIANO ROSSI
FOTOGRAFIE E STYLING BEATRICE PRADA

Le spezie, come le erbe aromatiche, sono una preziosissima risorsa per la mia cucina, perché consentono di colmare quel “vuoto” di sapore che può crearsi nelle preparazioni quando, come faccio io, si diminuiscono i grassi, a dimostrazione del fatto che una ***cucina sana ma ricca di sapore e di varietà*** è possibile. E poi, le spezie a disposizione sono talmente numerose, che danno l’opportunità di creare un “menu spezie”, senza mai ripetizioni! Penso al pepe rosa, all’anice stellato, alla cannella e alla vaniglia, che prediligo. L’apprezzo perché è l’unica, tra le spezie, che si utilizza fresca, e il suo profumo è inarrivabile. Uso anche il baccello: essiccato e frullato diventa una vera e propria “polvere magica” che posso adoperare in una frolla salata, in una sfoglia, su un risotto. Mi piacciono molto anche le ***miscele di spezie***, arricchite e rese più delicate ed eleganti dall’aggiunta di scorza di agrumi essiccata: come il curry, che è un mix di volta in volta diverso, con cui si può giocare bilanciando il sapore in base alle esigenze del piatto.

LO CHEF DAVIDE OLDANI Ideatore della Cucina POP
Ristorante D’O, San Pietro all’Olmo di Cornaredo (MI).

Le scorze di agrumi danno freschezza **AL MISTO AROMATICO**

“Ravioli” di ananas e barbabietola con ricotta profumata

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora più 90’ di preparazione delle spezie
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
210 g zucchero – **125 g** ricotta
60 g mascarpone – **10** chiodi di garofano
10 bacche di ginepro – **10** stelle di anice
6 fette di barbabietola rossa cruda
4 fette di ananas – **2** fichi secchi
2 datteri secchi – **1** stecca di cannella
1 baccello di vaniglia – **1** arancia – **1** limone

1

2

3

4

1 PORTATE *a bollore 500 g di acqua con 200 g di zucchero, la scorza dell’arancia e del limone, i chiodi di garofano, le bacche di ginepro, l’anice, la cannella, i semi e il baccello di vaniglia. Spegnete e lasciate in infusione per 30’. Filtrate e conservate lo sciroppo. Disponete le spezie in una teglia e fatele seccare in forno a 90 °C per 1 ora.*
2 MESCOLATE *la ricotta con il mascarpone, un dattero e un fico sminuzzati e 10 g di zucchero. Frullate finemente le spezie essiccate, ottenendo una polvere e unitene una presa alla ricotta.*
3 DIVIDETE *lo sciroppo in due casseruole e immergete in una l’ananas e nell’altra la barbabietola. Portate entrambe a bollore, cuocete per 1’ e poi scolatele. Mescolate lo sciroppo in cui ha cotto l’ananas con il succo dell’arancia e del limone, poi versate nella gelatiera.*
4 FARCITE *le fette di ananas e di barbabietola con il composto di ricotta e mascarpone e chiudetele a mezzaluna. Servite i “ravioli” ottenuti con il sorbetto e il fico e il dattero rimasti tagliati a pezzetti. Completate con la polvere di spezie.*

Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina il ***23 novembre***

LO STILE IN TAVOLA
Casseruole Moneta Pantone Universe.

PIÙ ASCIUTTO
Secondo la regola dell'equilibrio, meno burro contiene l'impasto, minore è la quantità di olio che esso assorbe in cottura.

Sorprese di Carnevale

CASTAGNOLE, STRUFFOLI E CHIACCHIERE **RINNOVANO** LA TRADIZIONE GIOCANDO TRA DOLCE E SALATO CON FRUTTA, VERDURE, LEGUMI E SPEZIE

RICETTA WALTER PEDRAZZI
TESTI CRISTINA FABBRI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

2

ESOTICO
La salsa di soia e l'olio di sesamo danno alle classiche castagnole una piacevole e inedita nota orientale.

Le ricette *alle pagine seguenti*

1 Bignè di azuki con crema di pere

IMPEGNO Medio
TEMPO 2 ore e 40′ più 24 ore di ammollo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 10 PERSONE
200 g farina – **140 g** fagioli azuki secchi
120 g zucchero a velo
100 g latte – **70 g** burro – **20 g** albume
2 uova e **2** tuorli – **2** pere William
1/2 baccello di vaniglia
1/2 bustina di lievito vanigliato – limone
zucchero semolato – vino bianco
olio di arachide – sale
perline di zucchero colorate per decorare

AMMOLLATE *i fagioli per 24 ore poi lessateli per 1 ora e 30′ con 1,5 litri di acqua aromatizzata con scorza di limone e vaniglia; scolateli, eliminate la scorza e la vaniglia, frullateli e passateli al setaccio.*
PORTATE *a bollore il latte con il burro e 100 g di acqua, poi versate la farina tutta in una volta e mescolate ottenendo una polentina. Fatela raffreddare, poi lavoratela nell'impastatrice con la frusta a foglia unendo il passato di fagioli, le uova, i tuorli, il lievito e un pizzico di sale.*
TUFFATE *l'impasto a cucchiaiate nell'olio bollente a 180 °C e scolate via via i bignè ottenuti su carta da cucina.*
SBUCCIATE *le pere, tagliatele a spicchi e stufatele con 2 cucchiai di acqua, uno di vino bianco e un cucchiaino di zucchero semolato. Frullatele, raccogliete la crema nella tasca da pasticciere e farcite i bignè.*
PREPARATE *la glassa mescolando lo zucchero a velo con l'albume e aggiungendo succo di limone a gocce fino a ottenere una consistenza fluida. Versate la glassa sulla sommità dei bignè e completate con le perline colorate.*

2 Castagnole di gamberi

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora più 30 minuti di marinatura

INGREDIENTI PER 10 PERSONE
300 g code di gambero sgusciate
200 g farina 00
100 g latte – **50 g** farina di riso
30 g zucchero – **1** uovo e **4** tuorli
1/2 bustina di lievito per torte salate
scalogno – prezzemolo – semi di sesamo
vino bianco – salsa di soia
olio di arachide – olio di sesamo
sale – pepe nero in grani

MARINATE *per 30′, a temperatura ambiente, i gamberi tagliati a dadini con mezzo bicchiere di vino bianco e qualche rondella di scalogno tritata. Preparate intanto una pastella abbastanza consistente mescolando le 2 farine con 20 g di olio di sesamo, l'uovo e i tuorli, 20 g di zucchero, il lievito, il latte, un cucchiaino di prezzemolo tritato, un pizzico di sale e una macinata di pepe.*
VERSATE *nella pastella i gamberi con il liquido della marinata, mescolate bene, poi raccogliete il composto a cucchiaiate e friggetelo in olio di arachide bollente a 180 °C. Scolate le castagnole così ottenute su carta assorbente.*
SALTATE *in poco olio di arachide 2 cucchiai di semi di sesamo con lo zucchero rimasto e 4-5 cucchiai di salsa di soia.*
IRRORATE *le castagnole con il condimento e servitele subito.*
LA SIGNORA OLGA *consiglia di friggere le castagnole poche per volta, controllando sempre che la temperatura dell'olio si mantenga costante.*

3 Struffoli di ceci caramellati

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g ceci lessati
200 g farina più un po′
80 g zucchero
60 g burro
25 g grana grattugiato
15 g aceto balsamico
15 g pistacchi tritati – **15 g** pinoli tritati
2 uova intere e **2** tuorli
1/2 bustina di lievito per torte salate
limone – noce moscata – olio di arachide
sale – pepe rosa

FRULLATE *i ceci, poi versateli nell'impastatrice con la farina, 50 g di burro morbido, le uova e i tuorli, il grana, 10 g di zucchero, il lievito, una grattata di noce moscata, un po′ di scorza di limone grattugiata e un pizzico di sale.*
LAVORATE *l'impasto con le fruste a foglia poi trasferitelo sulla spianatoia infarinata e ricavate dei lunghi cilindretti (ø 1 cm), tagliateli a pezzetti e ripassateli tra le mani infarinate per ottenere delle palline (struffoli).*
FRIGGETE *gli struffoli in olio bollente a 170 °C e scolateli su carta da cucina.*
VERSATE *in una padella lo zucchero e il burro rimasti e scioglieteli mescolando con mezzo limone infilzato su una forchetta. Appena il caramello sarà dorato, toglietelo dal fuoco quindi unite l'aceto balsamico e 25 g di acqua.*
DISTRIBUITE *gli struffoli nei bicchierini, irrorateli con il caramello al balsamico e spolverizzateli con qualche granello di pepe rosa e il trito di pistacchi e pinoli.*
SERVITELI *appena fatti per l'aperitivo, con un vino spumante o con la birra.*

4 Chiacchiere ripiene di zucchine

(**La foto** *alle pagine seguenti*)

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora più 30′ di riposo e marinatura
Vegetariana

INGREDIENTI PER 10 PERSONE
350 g zucchine
180 g farina – **70 g** pinoli
70 g zucchero semolato – **30 g** burro
2 tuorli – zucchero a velo – lime
zenzero fresco – grappa – Marsala
vino bianco – olio di arachide – sale

VERSATE *nell'impastatrice la farina, il burro fuso, i tuorli, 1/2 bicchiere di vino bianco, un cucchiaio di grappa e uno di Marsala. Iniziate a lavorare con le fruste a gancio, poi unite 40 g di zucchero semolato e continuate a lavorare finché l'impasto sarà omogeneo. Raccoglietelo a palla e fatelo riposare sotto una ciotola per 30′.*
GRATTUGIATE *le zucchine, salatele e lasciatele riposare per 30′. Strizzatele bene, poi unite i pinoli tritati, lo zucchero semolato rimasto, una grattata di scorza di lime e un cucchiaino di zenzero grattugiato (farcia).*
PASSATE *la pasta più volte nella sfogliatrice finché non avrà raggiunto lo spessore di 2 mm, ritagliate delle strisce larghe 7 cm, distribuite sul lato inferiore dei mucchietti di farcia a distanza di un palmo l'uno dall'altro, spennellate di acqua la pasta poi ripiegatela sul ripieno e premetela bene per sigillarla.*
TAGLIATE *con la rotella dentata le chiacchiere lunghe circa 12 cm e incidete con un taglio obliquo la pasta ai lati del ripieno.*
FRIGGETE *le chiacchiere in olio a 175 °C e servitele cosparse di zucchero a velo.*
LA SIGNORA OLGA *dice che lo zucchero si aggiunge per ultimo all'impasto per evitare che si cristallizzi a contatto con i tuorli.*

VOCAZIONE JOLLY
Da soli, questi struffoli
sono ottimi anche
per completare un brodo
o una vellutata di verdure.

1

È proprio dal suono dello sciabordio della carne mossa nel brodo che nasce il nome del piatto.

5

A fine pasto lessate nel brodo rimasto gli udon o anche del semplice riso.

La salsa ponzu è un condimento sapido e agrumato a base di soia, brodo dashi e yuzu.

Per affettare con facilità il manzo, fatelo rassodare in freezer per 20-30′.

4

3

Il carpaccio si cuoce per pochi secondi, immergendolo per due volte nel brodo.

Una pentola da condividere

AL CENTRO DELLA TAVOLA UN'UNICA PREPARAZIONE FUMANTE, INTORNO **TANTI BOCCONI SAPORITI**. DA ANGOLI LONTANI DEL MONDO ARRIVANO MODI DIVERSI DI FESTEGGIARE IL PIACERE DI STARE INSIEME

RICETTE DAVIDE NEGRI
TESTI AMBRA GIOVANOLI **FOTOGRAFIE** RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

Arricchite a piacere l'assortimento delle verdure anche con daikon o catalogna.

Tradizione dall'Oriente

In voga fra i ristoranti di Tokyo, lo shabu shabu è una specialità culinaria giapponese, nata come rivisitazione di un piatto di origini cinesi, la fonduta cinese, per l'appunto. Questa preparazione invernale rientra nello stile di cottura "nabemono", letteralmente "cose in pentola" e coinvolge i presenti nel cucinare insieme in una divertente atmosfera aggregante. Si porta in tavola un fornello o una piastra portatili e vi si accomoda sopra una capace pentola dai bordi bassi, meglio se di ferro, rame o terracotta, colma di brodo dashi, che dovrà sobbollire per tutto il convivio. Intorno si imbandisce con vari ingredienti: carpaccio di manzo o, più raramente, pollo, pesce o gamberi, poi verdure, tofu, salse e udon. Ciascun commensale attinge fra gli alimenti con le bacchette, li cuoce nel brodo e li tuffa in una salsa prima dell'assaggio. Tradizionalmente gli udon si lessano alla fine per sfruttare la saporita minestra rimasta.

2

LE VERDURE

Per uno shabu shabu degno della cultura giapponese, sceglierete ortaggi della **tradizione orientale**: il **cavolo cinese** o **pak choi**, dall'aspetto simile a una bietola, leggermente amarognolo; i **funghi shiitake**, vero toccasana di sapore dolciastro; i **funghi enoki**, sottilissimi e delicati; i baccelli di **okra**, di sapore fra l'asparago e la melanzana e la consistenza vischiosa. Le verdure si lessano via via nel brodo per circa 5', mentre l'okra cuoce in 7-8'.

Shabu shabu fonduta giapponese

Un delicato brodo di pesce sobbolle al centro della tavola. Gli ospiti intorno vi cuociono carne, verdure, tofu.

Tutti gli ingredienti esotici per preparare lo shabu shabu si acquistano in negozi di specialità orientali e biologiche.

1 Brodo dashi

BOLLITE *2 litri di acqua con 10 g di alga kombu essiccata per una decina di minuti, poi spegnete ed eliminate l'alga con la schiumarola. Unite fuori del fuoco 3 cucchiai di katsuobushi, lasciatelo in infusione per circa 10', infine filtrate il brodo con un colino.*
LA SIGNORA OLGA *dice che con il nome katsuobushi si indicano scaglie di tonnetto essiccato, fermentato e affumicato, di sapore simile a quello della bottarga. Dà al brodo sapidità e un intenso aroma di mare.*

2 Verdure e tofu

AMMOLLATE *in acqua 8 funghi shiitake per circa 2 ore, se necessario eliminatene i gambi più coriacei. Mondate 2 cespi di pak choi, 1/2 cespo di cavolo cinese e 3 cipollotti, quindi tagliateli in listerelle di circa 5 cm. Risciacquate 10 g di funghi enoki e 120 g di okra, infine sgocciolate i funghi shiitake. Accomodate la verdura su un vassoio da portata e unitevi 200 g di tofu a cubetti.*

3 Salse

UNITE *in una capiente ciotola 2 cucchiai di brodo dashi, 50 g di olio di sesamo, 15 g di aceto di riso, 10 g di salsa di soia, 80 g di crema di sesamo, 20 g di miele di acacia e un pizzico di semi di sesamo; frullate con il frullatore a immersione, ottenendo una salsa al sesamo piuttosto densa e trasferitela in una ciotolina. Riempite un'altra ciotolina con la salsa ponzu e insaporitela con rondelle di erba cipollina.*

4 Carpaccio di manzo

AFFETTATE *sottilmente 400 g di carne di manzo scegliendo un taglio molto venato di grasso, come per esempio roast beef, controfiletto o ancora meglio manzo Kobe, una carne giapponese molto pregiata, dall'aspetto quasi marmorizzato. Servitelo su un vassoio.*

5 Udon

SERVITE *in tavola 200 g di udon, grossi spaghetti di riso o di grano, e lessateli per 2'.*

LA MAIONESE

Fatta in casa è più buona

Sbattete in una ciotola 2 cucchiai di aceto caldo con 3 tuorli, quindi versatevi a filo 600 g di olio di arachide e montate con la frusta finché non avrete raggiunto la consistenza della maionese. Unite il succo di 1/2 limone, un pizzico di sale e mescolate.

Ogni commensale mette nel piatto le salse preferite e qualche boccone di carne.

"Colui che riceve i suoi amici e non presta alcuna attenzione al pasto che è stato preparato, non merita di avere degli amici".

Anthelme Brillat-Savarin

Per un buon assortimento di sapori, l'ideale è preparare almeno 4 salse diverse.

La salsa bernese può essere insaporita anche con il cerfoglio.

L'olio di arachide non deve superare i 170 °C altrimenti rischia di bruciare.

Prima di versarlo nella casseruola, l'olio va scaldato sul fuoco.

In Piemonte, invece dell'olio di semi, si usa quello di oliva.

La casseruola deve avere un imbocco stretto per evitare che eventuali schizzi fuoriescano.

Tradizionalmente si accompagna al Fendant, aromatico vino bianco svizzero. In Italia si preferisce un rosso ben strutturato.

Fondue bourguignonne

Si friggono bocconi di carne in una casseruola colma di olio bollente, per poi immergerli in una delle tante salse sfiziose.

Un servizio a regola d'arte

Il nome può trarre in inganno, tanto da far pensare a un'origine francese, ma la fondue bourguignonne è una specialità svizzera, diffusa, con alcune varianti, anche in Italia, soprattutto in Piemonte. È un vero trionfo di convivialità, pensata come momento di aggregazione in un divertente rito di gestualità con cui passare una serata fra amici. Per servirla esiste un set di utensili dedicato, da sistemare al centro della tavola secondo precisi criteri: alla base un vassoio resistente al calore e un supporto rialzato sopra cui poggiare una casseruolina, in metallo o ghisa, già piena per metà di olio di arachide bollente; sotto un fornelletto ad alcol, acceso, ne mantiene la temperatura. Completano l'apparecchiatura piccole ciotoline, da riempire con le salse, appositi piatti individuali, a più scomparti, e lunghe forchettine a due rebbi, spesso contraddistinte da colori diversi, con cui infilzare la carne e riconoscere la propria nell'olio bollente.

LA CARNE

La più indicata è quella di manzo, ben sgrassata e tagliata in bocconi di circa 30 g. È importante scegliere un **taglio nobile**, come il filetto o un buon pezzo di scamone, che restano **succulenti** e teneri. Inutile ripiegare su tagli poco pregiati: il risultato sarebbe certamente di dura masticazione. La carne si serve in un ampio piatto da portata, da cui ogni commensale infilza un boccone da friggere nell'olio di arachide già caldo. Il **tempo di cottura** per mantenere la polpa al sangue è di circa un minuto; può proseguire per altri 30 secondi chi la predilige più cotta. Meglio, però, non andare oltre o la carne diverrà stopposa! Eventuali bocconi caduti nell'olio vanno tolti subito: bruciando potrebbero generare sapori e odori sgradevoli.

1 Salsa aioli

SBUCCIATE *6 spicchi di aglio, tagliateli a metà ed eliminatene l'anima centrale. Lessateli nell'acqua per una ventina di minuti, poi scolateli e frullateli con un cucchiaio di maionese. Trasferite il composto in una ciotola, unitevi altri 150 g di maionese e lasciate raffreddare.*

2 Salsa tartara

SMINUZZATE *con il coltello 4 cetriolini e 4 cipolline sott'aceto, un cucchiaino di capperi e un ciuffo di prezzemolo. Trasferite il trito in una ciotola e amalgamatevi 150 g di maionese. Conservate in frigorifero fino all'utilizzo.*

3 Salsa bernese

TRITATE *una decina di foglie di dragoncello. Fate ridurre in casseruola 50 g di aceto bianco con 50 g di vino bianco, 1/2 scalogno mondato e una foglia di alloro per circa 10'. Fondete, a parte, 250 g di burro chiarificato. Cuocete a bagnomaria, in una ciotola di acciaio, 2 tuorli con la riduzione di aceto e vino; sbattete con la frusta finché non avrete raggiunto la consistenza dello zabaione, poi versatevi, a filo, il burro fuso e mescolate fino a ottenere una maionese. Unite un bel ciuffo di dragoncello tritato e un pizzico di sale. Lasciate raffreddare.*

4 Citronnette alla senape

EMULSIONATE *con il frullatore a immersione 25 g di senape in grani con il succo di 1/2 limone, 35 g di olio extravergine di oliva e un pizzico di sale e pepe.*

5 Salsa aurora

MONTATE *30 g di panna fresca e mescolatela in una ciotola con 2 cucchiai di Cognac, 100 g di ketchup e 120 g di maionese. Conservate in frigo fino all'utilizzo.*

6 Salsa barbecue

FRULLATE *1/2 cipolla e uno spicchio di aglio, sbucciati, con 1/2 peperoncino, 2 cucchiai di olio extravergine di oliva, un cucchiaio di paprica affumicata e uno di salsa Worcester, un pizzico di noce moscata, un cucchiaino di zenzero in polvere, 25 g di zucchero di canna, una punta di Tabasco, sale e pepe; trasferite la salsa in una pentolina e fate sobbollire a fuoco basso per 20'. Spegnete e fate raffreddare.*

Un tuffo nella dolcezza

Quasi impossibile non apprezzarla, così semplice nella sua giocosità da far tornare un po' bambino anche l'ospite senior. La fonduta al cioccolato è una preparazione veloce, da proporre come inedito dessert da condividere. Il cioccolato fuso si porta in tavola in una casseruolina, chiamata "caquelon", solitamente di ceramica o porcellana, appoggiata su un supporto metallico rialzato. Sotto si accende un fornelletto o una tealight per mantenerne il calore.

1

Gli spiedini vanno immersi nel cioccolato solo per pochi secondi.

Il cioccolato deve restare liquido ma non bruciare sul fondo: sorvegliate la fiamma sottostante.

Ogni ospite potrà servirsi nel piatto gli ingredienti preferiti con cui comporre dei voluttuosi spiedini.

Dopo aver immerso gli spiedini nel cioccolato, ricopriteli con mini confettini di zucchero.

2

Fonduta al cioccolato

Una salsa calda e vellutata in cui glassare frutta, marshmallow e dolcetti vari, infilati sugli spiedini.

LA FRUTTA

Con un po' di fantasia ci si può sbizzarrire variando la scelta in base alla stagione e al tipo di cioccolato utilizzato. Per ospiti numerosi è bene offrire una proposta diversificata così da incontrare il gradimento di tutti, spaziando dai frutti più acidi a quelli più dolci, freschi o disidratati e, in ogni caso, dalla polpa soda e non troppo succosa per non comprometterne la tenuta durante l'immersione nel cioccolato. Un'altra accortezza sta nel tagliare tutto in cubetti, rondelle o spicchi regolari di circa 3 cm; pezzetti troppo piccoli saranno difficili da infilzare, troppo grandi antiestetici da mangiare.

3

I marshmallow aggiungono colore e una nota soffice.

4

La granella di nocciole dona un tocco croccante.

1 Cioccolato

SCIOGLIETE *in una ciotola di acciaio, sopra un bagnomaria caldo, 1 kg di cioccolato fondente con 100 g di burro e 100 g di panna fresca. Mescolate spesso finché non si sarà fuso completamente, poi trasferitelo nell'apposita casseruolina da portare in tavola.*

2 Madeleine

MESCOLATE *un uovo e un tuorlo con 75 g di zucchero e i semi di 1/2 baccello di vaniglia, poi incorporatevi 75 g di farina setacciata con 2 g di lievito, infine 75 g di burro fuso tiepido. Distribuite il composto in uno stampo di silicone multiplo a mezze sfere (ø 5 cm), ottenendo circa 12 madeleine. Se utilizzate stampi più piccoli (ø 3 cm), ne otterrete circa 20. Infornate a 180 °C per 10-15'. Sfornate gli stampi, capovolgeteli per estrarre le madeleine e lasciatele intiepidire. Portatele in tavola su un vassoio.*

LA SIGNORA OLGA *dice che per una proposta più divertente giocate con le dimensioni e le forme delle madeleine usando diversi stampini.*

3 Frutta

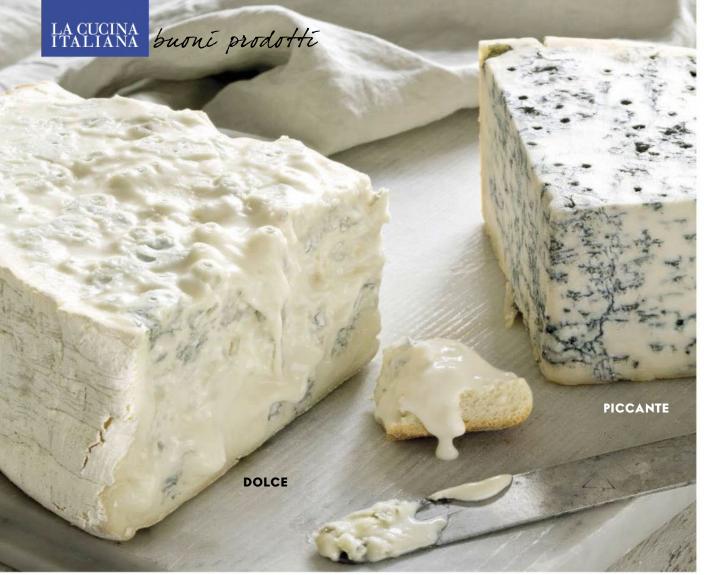
MONDATE *un mango, una papaya, 1/2 melone invernale, una mela, una pera, una banana e 10 fragole. Riducete tutta la frutta in pezzi regolari, quindi sistematela su un piatto da portata oppure su un ampio tagliere aggiungendovi anche una ventina di frutti disidratati come albicocche, fichi, datteri e ananas. Portate in tavola.*

4 Granelle

SISTEMATE *delle decorazioni a piacere in ciotoline; per esempio granella di frutta secca, come nocciole, pistacchi, noci o mandorle, mini confettini di zucchero colorati, scaglie di cocco e, per gli audaci, polvere di peperoncino. Rotolatevi gli spiedini ricoperti di cioccolato.*

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***2 dicembre***

LO STILE IN TAVOLA

Calici con il vino rosso Zafferano.
Tovagliolo sotto il piatto di legno della bourguignonne Job, set bourguignonne collezione privata.
Tagliere lungo con madeleine, marshmallow e granella Fiorirà un giardino, in vendita presso Job.

PICCANTE

DOLCE

Le meraviglie del gorgonzola

CREMOSO E DOLCE O ASCIUTTO E PICCANTE.
È SQUISITO SUL PANE, MA LA SUA **DOPPIA PERSONALITÀ** SI ESPRIME IN MANIERA SORPRENDENTE IN CUCINA

RICETTE WALTER PEDRAZZI **TESTI** LAURA FORTI **FOTOGRAFIE** MATTEO CARASSALE **STYLING** CECILIA CARMANA

La leggenda vuole che sia nato per lo sbaglio di un giovane innamorato. Per stare con la sua bella aveva rimandato all'indomani il lavoro della giornata e, mescolando la cagliata della sera prima con quella del mattino, ottenne un **formaggio nuovo**. Alcuni sostengono sia nato nel IX secolo a Gorgonzola, cittadina alle porte di Milano. Qui tuttora si tiene una sagra dedicata al famoso "stracchino verde", colore dovuto alle venature di muffa tipiche dei formaggi erborinati, di cui il gorgonzola è il più grande rappresentante italiano, che si fregia del marchio Dop dal 1996. La produzione e il commercio sono tutelati anche dal Consorzio, che vigila sulla qualità e contribuisce a promuoverne entrambe le tipologie: il gorgonzola dolce, cremoso e delicato, con un'erborinatura piuttosto rada, e quello piccante, più stagionato, di sapore profondo, pungente con sfumature ammoniacali, di pasta friabile percorsa da fitte venature verde-bluastro.

1 Su uova affogate gratinate, con patate

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora
Vegetariana senza glutine

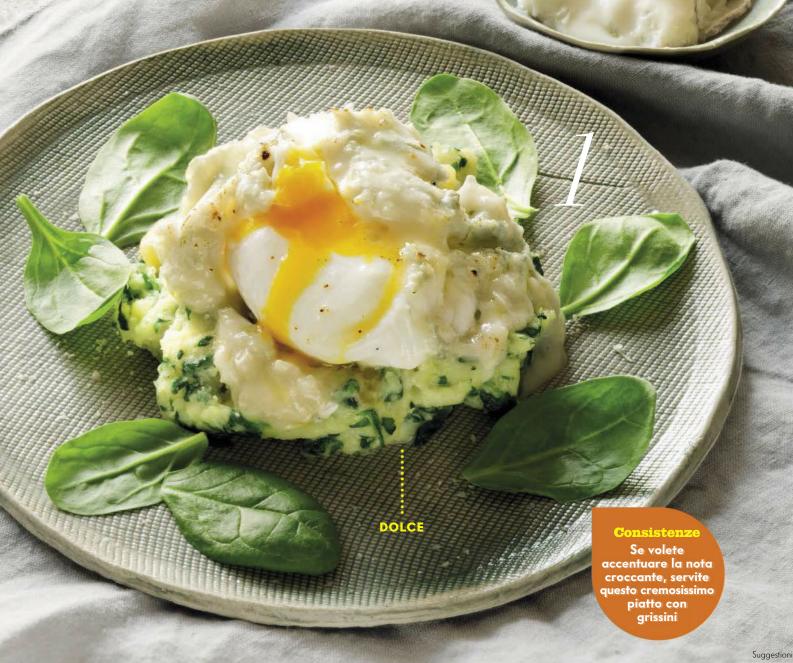
INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g patate – **250 g** gorgonzola dolce
60 g spinaci novelli più un po'
4 uova – prezzemolo
olio extravergine di oliva – sale

LESSATE *le patate; sbucciatele e schiacciatele con lo schiacciapatate o con una forchetta.* **SCOTTATE** *gli spinaci in padella con un cucchiaio di olio, per 1', poi sminuzzateli con un coltello. Tritate un ciuffo di prezzemolo.* **MESCOLATE** *spinaci e prezzemolo con le patate, condite con 50 g di olio e salate.* **CUOCETE** *le uova, uno per volta, versandole delicatamente da un piattino in una casseruola di acqua bollente con un cucchiaio di aceto, che aiuta l'albume a coagulare, per 3-5' e scolateli su carta da cucina.* **MODELLATE** *le patate in 4 dischi e accomodateli nei piatti; appoggiate le uova sopra i dischi, unite il gorgonzola a fiocchetti e passate tutto sotto il grill, finché il gorgonzola comincia a fondere, gratinando appena. Completate con spinaci crudi.*

LA SIGNORA OLGA *dice che, per cuocere al meglio le uova, è bene controllare il livello dell'acqua, che deve essere di poco al di sopra dell'uovo in cottura. Utilizzate poi uova fredde di frigorifero, cuocendone uno per volta. Versatelo nell'acqua bollente, riportate l'acqua a bollore, poi riducete quest'ultimo a un fremito. Raccogliete l'albume con un cucchiaio avvolgendolo intorno al tuorlo, poi girate l'uovo delicatamente. Cuocetelo da 3' (tuorlo liquido) a 5' (tuorlo più consistente), considerando che passerà ancora 1-2' in forno.*

1

DOLCE

Consistenze
Se volete accentuare la nota croccante, servite questo cremosissimo piatto con grissini

2 Casoncelli con salsa di porro

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 15′
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g porro pulito **200 g** farina
120 g gorgonzola dolce
3 fette di pancarré **2** uova
burro comune o chiarificato
scalogno prezzemolo tritato
grana grattugiato gorgonzola piccante
latte olio extravergine di oliva sale

IMPASTATE *la farina con le uova, con un pizzico di sale e un filo di olio. Lavorate un po' il panetto finché non sarà omogeneo e liscio poi lasciatelo riposare per 30′, coperto.*
CUOCETE *il porro a rondelle con poca acqua in una casseruola coperta, per 15-20′.*
BAGNATE *le fette di pancarré con un po' di latte, poi strizzatelo leggermente. Rosolate mezzo scalogno a rondelle in poco burro, per 2′, poi unitelo al pane. Aggiungete anche un ciuffo di prezzemolo tritato e il gorgonzola, un cucchiaio di grana e uno di pangrattato, ottenendo il ripieno.*
STENDETE *la pasta in sfoglie sottili, poi disponete sulle strisce di pasta il ripieno, in palline grandi come noci. Richiudete la striscia di pasta su se stessa, premete bene intorno al ripieno, poi ritagliate i ravioli a mezzaluna, con un tagliapasta tondo (ø 8 cm). Ripiegate la parte ripiena sopra la "tesa" del cappelletto, poi pinzate le estremità come una caramella. Infine, con il dorso di un coltello, schiacciate i casoncelli al centro. Cuoceteli in acqua bollente salata per 2-3′.*
FONDETE *100 g di burro e cuocetelo finché non comincia a sfrigolare. Aggiungetelo al porro e frullate tutto con 3 cucchiai di grana e poca acqua di cottura dei ravioli, fino a raggiungere la consistenza di una salsa.*
SCOLATE *i casoncelli e serviteli con la salsa, ponendo al centro due pezzi di gorgonzola piccante.*
LA SIGNORA OLGA *dice che potete reimpastare i ritagli di pasta, stenderli e tagliarli a piccoli pezzi, poi lasciarli essiccare: saranno ottimi in minestre e paste e fagioli.*

DOLCE

2

Specialità lombarda
Il nome dei casoncelli, tipici di Bergamo, Brescia e Val Camonica, deriva da *caseus*, il nome latino del formaggio, protagonista del ripieno

3 Strudel salato con cappuccio e mela

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 10′ più 30′ di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE
300 g gorgonzola dolce
250 g cavolo cappuccio bianco
200 g mela Renetta
150 g farina integrale
50 g burro fuso
1 uovo
sale – pepe

IMPASTATE *la farina con l'uovo, il burro fuso e un cucchiaio di acqua. Una volta ottenuto un panetto liscio e omogeneo, lasciatelo riposare sotto una pentola calda.*
TAGLIATE *il cavolo a striscioline, salatelo, mescolatelo e lasciatelo spurgare per 30′.*
STRIZZATE *il cavolo, sciacquatelo e strizzatelo nuovamente.*
STENDETE *la pasta in uno strato sottilissimo, tirandola prima con il matterello, poi con le mani. Appoggiate la sfoglia di pasta su un canovaccio.*
DISTRIBUITE *sulla pasta il cavolo, la mela Renetta sbucciata, tagliata in piccole fettine. Cospargetelo poi con il gorgonzola, un pizzico di sale e pepe.*
CHIUDETE *la pasta prima ai bordi, poi arrotolatela su se stessa, aiutandovi con il canovaccio.*
DISPONETE *lo strudel ottenuto su una placca coperta con carta da forno e infornatelo a 180 °C per 30′ circa.*

4 Cartellate

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora più 1 ora di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 10 PEZZI
- **250 g** farina 00
- **100 g** gorgonzola piccante
- **80 g** latte
- **50 g** Marsala
- **50 g** vino bianco secco
- **5 g** lievito di birra fresco
- olio di arachide sale

IMPASTATE *la farina con il lievito, il Marsala, il vino bianco e 15 g di olio e un pizzico di sale. Lasciate poi lievitare l'impasto per circa 1 ora, coperto con un canovaccio umido.*
STENDETE *la pasta con la sfogliatrice in sfoglie molto sottili. Con una rotella dentellata ritagliatevi delle strisce alte circa 3-4 cm e lunghe circa 20 cm.*
PINZATE *le strisce ogni 5-6 cm circa, chiudendole a tratti lungo la linea della metà, per il lungo, poi arrotolate la striscia su se stessa a spirale, fissandola qua e là perché non si apra.*
FRIGGETE *le cartellate ottenute in olio ben caldo, finché non saranno dorate. Scolatele su carta da cucina.*
SCIOGLIETE *in una casseruola il gorgonzola con il latte, fino a ottenere una salsa.*
COLATELA *nelle cartellate e servite.*
LA SIGNORA OLGA *dice che le cartellate, in pugliese "carteddate", sono solitamente preparate in versione dolce, guarnite con una salsa a base di vincotto, miele e spezie. Originarie della Puglia, sono diffuse anche in Basilicata e in Calabria. L'impasto dal sapore neutro della frittella consente di proporre variazioni insolite come questa, che accosta al sapore del fritto la sapidità del gorgonzola.*

Buono a sapersi

Acquisto Il Gorgonzola Dop si riconosce dal marchio collettivo, una C e una G stilizzate in un'unica lettera. Ogni forma porta impresso un numero che indica il caseificio che lo ha prodotto. Il marchio è concesso dal Consorzio di tutela a tutti i produttori conformi, sia soci sia non soci.

Consumo Per apprezzarlo al meglio, sia dolce sia piccante, è bene toglierlo dal frigo almeno 30′ prima di mangiarlo. Il Consorzio, poi, raccomanda di eliminare la crosta, che non è trattata nei caseifici in modo da essere edibile. È sempre meglio consumarlo fresco, subito dopo l'acquisto.

Conservazione Va tenuto in frigorifero, avvolto con pellicola alimentare. Se si prevede di conservarlo insieme ad altri formaggi, conviene eliminare la crosta, che è responsabile dell'odore pungente tipico di questo formaggio. Il gorgonzola piccante si conserva più a lungo di quello dolce.

Idee facili e... cremose

Miscelato con panna, yogurt o altri ingredienti, il gorgonzola può diventare una sapida salsa, un pâté, un sorprendente snack croccante

MATTONELLA CON FRUTTA SECCA E CEREALI CROCCANTI

Mescolate 80 g di gorgonzola dolce con 80 g di gorgonzola **piccante**, schiacciandoli insieme con una forchetta. Tritate nel robot da cucina 50 g di frutta secca mista (noci, mandorle e nocciole), poi incorporatela al formaggio. Spalmate il composto consistente in uno stampo squadrato, alternandolo a strati con cornflakes non zuccherati. Lasciate in frigo per 6-8 ore, poi sformate la mattonella e completatela con altri cornflakes.

CREMA ALL'AVOCADO

Schiacciate 120 g di polpa di avocado con una forchetta insieme a 120 g di gorgonzola **piccante** e succo di limone a piacere. Completate con un trito di prezzemolo. Servite la crema su fettine di polenta fritta, bruschette o focaccine.

SALSA ALLO YOGURT

Frullate 80 g di gorgonzola **dolce** con 170 g di yogurt greco e 30 g di panna. Completate la salsina con un po' di erba cipollina tagliata a rondelline. Utilizzatela per condire verdure bollite, come patate o barbabietole (noi le abbiamo intagliate a sferette con uno scavino), e completate con un filo di olio.

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***18 dicembre***

LO STILE IN TAVOLA

Piattino della mattonella Unomi Laboratorio di Ceramica, tutti gli altri piatti Nericata, tessuti Society by Limonta.

Impariamo a friggere

UNA CROSTICINA CROCCANTE RACCHIUDE GLI AROMI E PROTEGGE I PRINCIPI NUTRITIVI DEL CIBO, LASCIANDOLO **SAPORITO E LEGGERO**. ECCO LE REGOLE PER UN RISULTATO PERFETTO

RICETTE WALTER PEDRAZZI **TESTI** LAURA FORTI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

La frittura è un metodo di cottura che avviene per convezione, cioè attraverso la trasmissione del calore da un liquido bollente al cibo. Il procedimento è simile alla bollitura ma con il grasso al posto dell'acqua: il grasso raggiunge temperature molto più elevate dell'acqua in ebollizione e "aggredisce" il cibo creando sulla superficie una caramellizzazione che dà al fritto la sua tipica croccantezza.

CIBO E LIVELLO DEL GRASSO Per una frittura ben fatta è opportuno tagliare il cibo in pezzetti piccoli e di dimensioni omogenee, favorendo così una cottura più veloce, ad alta temperatura, e uniforme. Friggete pochi pezzi per volta, per non abbassare troppo la temperatura del grasso. Più il grasso è abbondante, poi, meno è sensibile alle variazioni di temperatura: il livello minimo è di almeno 5 cm, ma non deve superare la metà dell'altezza della padella, altrimenti fuoriesce.
NON RABBOCCARE MAI Durante la frittura, è inevitabile che piccole parti di cibo si disperdano nel grasso, contribuendo a deteriorarlo più in fretta. È opportuno eliminare i residui per quanto possibile, prima di immergere nuovi pezzetti di cibo nel grasso, oppure sostituirlo completamente; non conviene rabboccare con grasso nuovo che sarebbe danneggiato subito da quello già in uso.
SCOLARE E TENERE SCOPERTI Una volta dorato, il cibo va scolato e appoggiato su carta assorbente, che raccolga l'eccesso di unto. Andrebbe consumato subito, ma se bisogna attendere qualche minuto, conviene conservarlo nel forno acceso, aperto, senza coprirlo, per evitare che perda croccantezza.
SALE E ZUCCHERO Sono igroscopici, cioè richiamano l'acqua contenuta nei cibi. Per evitare che questa inumidisca la crosticina, afflosciando il fritto, conviene salare o zuccherare all'ultimo momento.

I GRASSI E IL PUNTO DI FUMO

La temperatura oltre la quale un grasso comincia a deteriorarsi si chiama "punto di fumo": il grasso si decompone e comincia appunto a fumare, liberando odori acri e rilasciando sostanze nocive e di gusto sgradevole. I **grassi vegetali** cominciano a fumare intorno ai 230 °C, quelli animali già a partire dai 130 °C. Quando si sceglie il grasso di cottura, quindi, bisogna tenere in considerazione il suo punto di fumo, oltre alle sue caratteristiche di sapore.

Olio di oliva e di semi

Tra i grassi sono i più stabili: il più affidabile per una buona frittura è l'olio di arachide, stabile e purificato dalla lavorazione industriale. Anche migliore è l'olio di oliva, perfino l'**extravergine**: attenzione a sceglierne uno di gusto leggero e senza residui. L'olio è indicato per tutte le fritture, soprattutto per le verdure e il pesce.

Burro

Quello naturale è il grasso più deteriorabile tra tutti: le proteine che contiene (caseina) cominciano a bruciare già a 130 °C. Si può però utilizzare il **burro chiarificato**, privato cioè di acqua e caseina (oggi acquistabile già pronto anche al supermercato), che si comporta in cottura quasi come l'olio. È indicato soprattutto per la carne.

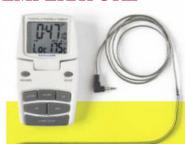
Strutto

Il grande Escoffier sosteneva che fosse l'ideale per friggere perché, tra i **grassi animali**, era il più resistente al calore. Oggi, si sceglie questo grasso, che ha un punto di fumo di circa 190 °C, quando si vuole rendere più saporiti fritti tradizionali come frittelle, chiacchiere e gnocco fritto.

Fotografie ingredienti 123rf

Verdure a fiammifero, anelli di totano, bocconi di carne e di mozzarella, frittelle e fettine di mela: fritti realizzati con diverse pastelle in diversi grassi di cottura.

I TEMPI E LE TEMPERATURE

Il grasso non deve mai scaldarsi al punto da "fumare". Inoltre, il cibo fritto deve essere **dorato fuori e cotto all'interno**: se un alimento richiede una cottura più prolungata, la temperatura del grasso va mantenuta più bassa, altrimenti il cibo si brucia in superficie senza cuocere al cuore. Se il grasso è troppo freddo, invece, il fritto sarà molle e unto.

Il giusto grado

Patatine e verdure dure 150 °C (precottura) poi 170-180 °C
Verdure tenere 165-170 °C
Crocchette e polpette 185-190 °C
Molluschi e pesciolini 140 °C (precottura) poi 185 °C
Bocconi di carne 150 °C
Frittelle 170 °C

GLI STRUMENTI

Per una perfetta frittura anche gli strumenti sono molto importanti. Le pentole, innanzitutto, devono essere di un materiale che conduca bene il calore, cioè di **ferro** o di **acciaio**. La tipica padella da frittura si chiama "bassina" ed è una pentola di ferro con due manici, leggermente svasata. Importantissimo è anche il termometro che serve a controllare le temperature del grasso: con una friggitrice elettrica si può farne a meno, perché la macchina è dotata di un termostato che mantiene l'olio a una **temperatura costante**. Per scolare i fritti si possono utilizzare la schiumarola o il ragno; utile anche il cestello, che consente di scolare velocemente molti piccoli bocconi tutti insieme.

Padella La migliore è in ferro; ottime anche le casseruole in acciaio.

Schiumarola e ragno Servono a scolare i fritti a mano a mano che dorano nell'olio e a purificarlo eliminando piccole impurità.

Automatica La friggitrice regola automaticamente la temperatura dell'olio.

PRIMA DI FRIGGERE

Non tutti i cibi sono adatti a essere immersi direttamente nel grasso bollente; quelli più delicati come pesciolini e verdure tenere hanno bisogno di un **"rivestimento" protettivo** che favorisca la formazione di una crosticina dorata intorno al cibo, trattenendone all'interno l'umidità. Le patate e altri alimenti più resistenti, invece, sono pronti da friggere.

Asciugate le patatine, immergetele in olio a **150 °C per 3-4'**. *Scolatele e friggetele nuovamente in olio a* **170-180 °C**.

1 Frittura semplice

Patatine Sono l'esempio più classico di questa modalità: ricche di amido, non necessitano di altri complementi per formare una bella crosticina. Per avere patatine ben fritte, oltre a scegliere patate di pasta gialla, è importante innanzitutto un taglio regolare, in **bastoncini non più spessi di 1 cm**. Vanno poi sciacquate per eliminare l'eccesso di amido, e asciugate molto bene. Inoltre, poiché impiegano diversi minuti per cuocere all'interno, è necessario friggerle in due tempi, prima per cuocere la polpa, poi per creare la copertura dorata e croccante.

Immergete gli alimenti nella farina perché se ne rivestano uniformemente, **poi scuoteteli in un setaccio**, *per eliminare la farina in eccesso.*

2 Infarinatura

Verdure a fiammifero L'infarinatura protegge gli alimenti più delicati formando, durante la frittura, una leggera barriera che trattiene all'interno l'umidità. Si infarinano, solitamente, piccoli pesci e verdure a fiammifero: in quest'ultimo caso, è utile **asciugarle brevemente in forno o nel microonde**, per eliminare parte dell'acqua contenuta. Si infarinano abbondantemente e si elimina la farina in eccesso, evitando così che "inquini" l'olio durante la frittura, staccandosi dal cibo e bruciandosi. Oltre alla classica 00, per effetti più rustici si possono utilizzare anche la farina 0, la semola o la farina di mais; per coperture più delicate, la farina di riso.

Immergete il cibo in un composto di **farina e uovo** *(un cucchiaio di farina per uovo) quindi passatelo nel pangrattato.*

3 Impanatura

Carne e formaggio Alcuni cibi richiedono una "crosta" più resistente, per non perdere la loro umidità interna, come la carne, o per non disperdersi nel grasso sciogliendosi, come il formaggio. Si ricorre, in questi casi, all'impanatura, che **crea una barriera più consistente** rispetto alla semplice infarinatura. Il cibo va prima infarinato, poi immerso nell'uovo sbattuto, infine ricoperto con pangrattato. Per semplificare i passaggi, si possono mescolare uovo e farina, ottenendo una pastellina in cui immergere il cibo per poi passarlo nel pangrattato. Se serve, si può rafforzare l'involucro con una doppia impanatura.

LE PASTELLE: INGREDIENTI E DOSI

AL LATTE *Mescolate 100 g di farina con 2 uova e 60 g di latte; usate la frusta in modo da ottenere una pastella liscia e omogenea. Salate, pepate e unite un pizzico di bicarbonato. Profumate a piacere con erbe tritate o spezie in polvere. Eventualmente, passate il cibo nell'amido di mais prima di immergerlo nella pastella, in modo che questa aderisca meglio. Ottima per verdure.*

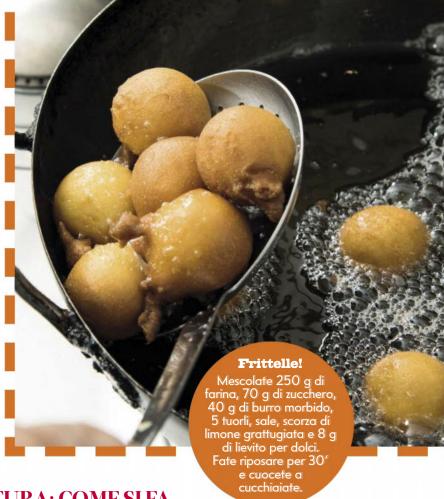
AL VINO *Mescolate 100 g di farina con 2 uova e 60 g di vino bianco secco. Per anelli di totano.*

LEGGERA *Mescolate 2 tuorli con 80 g di farina, 1 cucchiaio di zucchero, un pizzico di cannella, 50 g di panna e 30 g di latte. Incorporatevi gli albumi montati a neve con un cucchiaio di zucchero. Per fettine di mela. Senza zucchero e cannella, è adatta anche per le verdure.*

TEMPURA GIAPPONESE *Mescolate 120 g di farina di riso, 80 g di amido di mais e 2 albumi sbattuti. Unite poi 65 g di acqua ghiacciata gassata e immergetevi il cibo freddo di frigorifero. Per verdure e crostacei.*

Frittelle!
Mescolate 250 g di farina, 70 g di zucchero, 40 g di burro morbido, 5 tuorli, sale, scorza di limone grattugiata e 8 g di lievito per dolci. Fate riposare per 30' e cuocete a cucchiaiate.

4
Pastella

Croccante e saporita I fritti più ghiotti sono spesso ottenuti rivestendo i cibi con un composto di farina, uova e acqua, o latte. Esistono **molte varianti di pastella**: la più comune prevede la sostituzione del latte con vino bianco o birra. Si usa spesso, poi, l'acqua gassata per favorire il rigonfiamento della pastella durante la frittura. Allo stesso scopo, si può aggiungere un pizzico di bicarbonato, oppure si montano a neve gli albumi prima di incorporarli nella pastella. Anche la tempura giapponese utilizza una sorta di pastella, molto leggera, per ottenere fritti croccanti e leggeri.

COTTURA: COME SI FA

Controllate che il grasso sia alla temperatura giusta, tra i 160 e i 190 °C. Se non avete un termometro, immergete un pezzetto di pane: se torna a galla con un leggero sfrigolio significa che il grasso è abbastanza caldo. Il **livello dell'olio** deve essere abbondante, in modo che il cibo sia completamente immerso. Friggete **pochi pezzi per volta** e rigirateli in cottura, in modo da ottenere una doratura uniforme. Le verdure a fiammifero cuociono in 1-2', quelle più consistenti in 3-4'. I bocconi di carne e i totani in 5', le mozzarelle in 30 secondi. Scolate i fritti con una schiumarola o un ragno e appoggiateli su **carta da cucina**, per eliminare il grasso in eccesso.

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***1° dicembre***

LO STILE IN TAVOLA
Friggitrice DeLonghi.

3 variazioni sulla valdostana

DAL CLASSICO **PORTAFOGLIO DI VITELLO** IMBOTTITO A NUOVE IDEE CON PESCE, PATATE O BURRATA. LE CHIAVI DELLA PERFETTA RIUSCITA SONO LE STESSE: UN CUORE FILANTE E UNA IMPANATURA ASCIUTTA E DORATA

RICETTE GIOVANNI ROTA
TESTI AMBRA GIOVANOLI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

Sapori transalpini

Forse di origine austriaca, questo piatto è diventato una specialità della ristorazione popolare della Valle d'Aosta, per passare poi alla cucina casalinga e alla gastronomia takeaway. Oltre alla valdostana al prosciutto (squisito quello alla brace di Saint-Oyen) ne esiste una versione raffinata fatta con costolette di vitello con l'osso, aperte a libro e farcite solo con Fontina Dop e, in stagione, anche con lamelle di tartufo bianco.

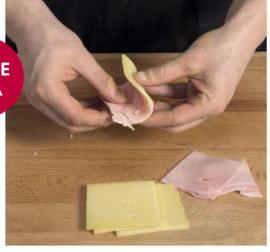
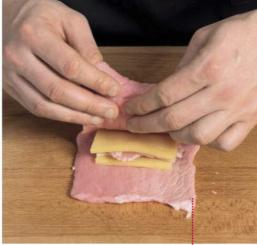
Ricetta classica

IMPEGNO Medio **TEMPO** 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g 4 fette di controfiletto di vitello
120 g 4 grandi fette regolari di Fontina Dop
40 g 4 fette di prosciutto affumicato
2 uova – farina – pangrattato – burro – sale

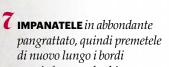
COME SI FA

1 **BATTETE** *le fette di controfiletto con un batticarne. Per un risultato più accurato e per non sfibrare la polpa, copritele con un foglio di pellicola.*

2 **SISTEMATE** *una fettina di prosciutto al centro di ogni fetta di fontina, piegandola poi a metà; fate in modo che questo "sandwich" non sia più grande delle fette di carne.*

3 **ADAGIATE** *il ripieno su ogni fetta, quasi al centro, e ripiegatevi sopra il lembo di carne libero.*

4 **SIGILLATE** *i portafogli di carne ottenuti, premendo con le dita lungo i bordi.*

5 **PASSATE** *le valdostane nella farina e scuotetele con delicatezza per eliminarne l'eccesso.*

6 **IMMERGETELE** *rapidamente nelle uova sbattute.*

7 **IMPANATELE** *in abbondante pangrattato, quindi premetele di nuovo lungo i bordi per rinfrancare la chiusura.*

8 **SCALDATE** *circa 30 g di burro in una casseruola e, quando sarà spumeggiante, rosolatevi le valdostane per 4′ per lato.*

9 **AGGIUNGETE** *via via nuovo burro per evitare che il precedente imbrunisca o la temperatura si alzi, bruciando l'impanatura; scolate le valdostane su carta da cucina, salandole solo alla fine.*

Le tre variazioni *alle pagine seguenti*

➺ *Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il* ***15 dicembre***

LO STILE IN TAVOLA
Padella per la cottura delle valdostane Alessi.

Per spellare i filetti di trota, adagiateli con la polpa verso l'alto; fate penetrare la lama del coltello tra la polpa e la pelle e muovetela di piatto lungo il filetto, tenendolo fermo a un'estremità

1

DI PESCE

Trota con cuore di porri e caprino

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
800 g 4 filetti di trota salmonata
150 g patate medie
100 g pancarré senza crosta
60 g porro **50 g** gherigli di noce
40 g caprino vaccino **10 g** burro
1 bergamotto alloro pepe in grani
limone erba cipollina
olio extravergine di oliva

LESSATE *le patate per 30′ in acqua bollente, aromatizzata con una foglia di alloro, qualche grano di pepe e 2 scorze di limone.*
ACCOMODATE *i filetti di trota con la pelle rivolta verso il basso, passatevi sopra la mano per avvertire eventuali spine e rimuovetele con una pinzetta, staccandole dalla polpa.*
ELIMINATE *la pelle e la parte ventrale, più chiara e irregolare.*
MONDATE *e affettate il porro, stufatelo con 10 g di burro e 1/2 bicchiere di acqua per 10′.*
FRULLATE *finemente il pane con le noci, trasferitelo in una pirofila dai bordi alti e grattugiatevi la scorza di un bergamotto, ottenendo un'impanatura profumata.*
SCOLATE *le patate, pelatele e schiacciatele in una terrina, poi mescolatevi i porri stufati, il caprino e un cucchiaio di erba cipollina tritata; distribuite questo composto su 2 filetti di trota, lasciando un po' di spazio libero sui bordi, accomodatevi sopra gli altri 2 filetti, a mo' di panino, premeteli per farli aderire al composto e sigillarli infine cospargeteli con la panatura su entrambi i lati.*
ADAGIATELI *su una placca rivestita di carta da forno, irrorateli con un filo di olio e infornateli a 200 °C per 10-12′.*
SFORNATE *i filetti, tagliateli in trancetti e serviteli ben caldi completando a piacere con altra scorza di bergamotto grattugiata.*

VEGETARIANO

"Hamburger" di patate

IMPEGNO Medio
TEMPO 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g 1 cespo di indivia
150 g pangrattato
4 fette di formaggio cheddar – 2 uova
1 patata americana
di forma regolare (ø 10 cm)
prezzemolo tritato – capperi
olio di arachide – olio extravergine – sale

MONDATE *la patata e ricavatene 8 fette spesse 3-4 mm; sbollentatele in acqua bollente salata per 6′, poi sgocciolatele e ponetele ad asciugare su carta da cucina.*
SPUNTATE *la base dell'indivia, tagliuzzate le foglie e rosolatele in un filo di olio di oliva per 4′ a fuoco vivace, infine salatele.*
FRULLATE *il pangrattato con il prezzemolo, un filo di olio di oliva e un cucchiaino di capperi.*
DISTRIBUITE *un cucchiaio di indivia su 4 fette di patata, sopra ponetevi una fetta di cheddar, rifilandola lungo i bordi affinché non fuoriesca, quindi finite con altra indivia e chiudete con le altre rondelle di patata.*
SBATTETE *le uova, immergetevi i "hamburger" e passateli nel pangrattato aromatico; intingete anche i bordi nell'uovo sbattuto e rotolateli nel pangrattato per sigillarli bene.*
FRIGGETELI *in olio di arachide per 2′ per lato, poi sgocciolateli su carta da cucina.*
SALATE *gli "hamburger" e serviteli subito.*
LA SIGNORA OLGA *dice che per ottenere un'impanatura verde brillante il prezzemolo va prima tritato a mano e poi frullato, così la clorofilla verrà assorbita dal pangrattato e l'effetto cromatico sarà migliore.*

2

3

MEDITERRANEO

Fagottini di tacchino con cime di rapa

IMPEGNO Medio
TEMPO 40 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
600 g 6 fette di fesa di tacchino
500 g cime di rapa 250 g burrata
80 g grissini 50 g pane raffermo
25 g grana stagionato grattugiato
2 uova 1 piccolo peperoncino secco
pomodori secchi
olio extravergine di oliva sale

SMINUZZATE *grossolanamente i grissini.*
MONDATE *le cime di rapa, risciacquatele, poi lessatele in acqua bollente salata per 4-5′.*
FRULLATE *il pane con un paio di pomodori secchi, il peperoncino e un filo di olio, poi mescolatevi i grissini ottenendo una panatura croccante e piccante.*
SCOLATE *le cime, strizzatele, tritatele e amalgamatele con la burrata sminuzzata e il grana.*
BATTETE *le fette di tacchino, distribuitevi sopra, da un lato, il ripieno e ribaltatevi sopra il lembo libero; premete lungo i bordi per sigillare i fagottini quindi passateli in 2 uova sbattute e infine nella panatura croccante.*
FRIGGETE *i fagottini in padella con un dito di olio, a fuoco vivo, per 2′, voltandoli dopo 1′, poi sgocciolateli, trasferiteli su una teglia e cuoceteli in forno a 180 °C per 7-8′.*
SFORNATELI, *salateli e serviteli ben caldi.*

Tournedos Rossini

CI VOLEVA IL **GENIO CULINARIO** DEL GRANDE COMPOSITORE PER CREARE UNA PIETANZA COSÌ SUBLIME DA ESSERE ADOTTATA A BRACCIA APERTE DAGLI CHEF FRANCESI. ECCO COME DRIBBLARE GLI OSTACOLI

RICETTA GIOVANNI ROTA **TESTI** LAURA FORTI **FOTOGRAFIE** RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

La ricetta

IMPEGNO Medio
TEMPO 40 minuti più 30′ di raffreddamento

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

450 g 4 fette di filetto di manzo
200 g spinaci novelli
150 g 4 fette di foie gras
100 g Marsala
2 g amido di mais – tartufo
burro – olio extravergine di oliva – sale

FATE *rassodare le fette di foie gras in frigorifero per almeno 30′, poi rosolatele in una padella antiaderente calda, per circa mezzo minuto per lato.*
METTETELE *da parte, meglio se in forno a 50 °C, per mantenerle calde.*
ELIMINATE *il grasso residuo dalla padella, e nella stessa aggiungete 20 g di burro e cuocetevi i filetti, legati con un giro di spago, per circa 3′ e mezzo, poi voltateli, salateli e terminate la cottura sull'altro lato per altri 3′. Fateli riposare su una gratella, coperti con un foglio di alluminio, per 5′.*
ELIMINATE *di nuovo il grasso dalla padella, conservando solo le tracce di caramellizzazione della carne. Cospargete il fondo con l'amido, tostatelo per 1′, poi mescolatevi 10 g di burro. Bagnate con 100 g di Marsala e 70 g di acqua, mescolate per 1′ e spegnete. Filtrate la salsa ottenuta.*
SALTATE *gli spinaci in padella con un filo di olio per 1′ e salateli. Togliete lo spago dai filetti, accomodateli sugli spinaci, sovrapponetevi il foie gras e completate con la salsa e qualche lamella di tartufo.*

Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina il ***21 dicembre***

Esuberante, robusto, vitale. Così era lo stile musicale di Gioachino Rossini, e così, ugualmente intensa, la sua passione per la cucina. Amava piatti sontuosi, quasi sempre *completati dal tartufo*, come questi tournedos, che sono divenuti un classico dei grandi ricettari della cucina francese, dalla *Guida alla Grande Cucina* di Auguste Escoffier, il più celebrato chef della Belle Époque, a *L'arte della cucina moderna* di Henri-Paul Pellaprat, altra bibbia gastronomica di poco successiva.
La ricetta originale richiede la parte più pregiata del filetto, il tournedos, il cui nome, che significa "voltaschiena", pare derivi dal modo in cui lo preparava il maggiordomo di Rossini: dando le spalle agli invitati, perché nessuno potesse scoprire come avveniva la squisita finitura del piatto.

Prima della cottura

Mettere in forma il filetto

LA LEGATURA con lo spago da cucina serve a dare una forma regolare alle fette e ottenere così una cottura omogenea: se le fette, che possono avere una trama diversa secondo la parte del filetto da cui provengono, risultano di uguale compattezza, il calore si trasmette dalla superficie al centro della carne con la medesima intensità e nel medesimo tempo.

1

Il problema

Il foie gras si presenta crudo all'interno oppure ha una consistenza sfaldata

L'ERRORE Si sono sbagliati tempi o temperature di cottura.

LA SOLUZIONE Bilanciate spessore delle fette, temperatura della padella e tempo di cottura: per una fetta di 1,5 cm di spessore, fredda di frigorifero, basta mezzo minuto per lato, in una padella molto calda. Se la cottura è troppo lunga, il grasso si separa dalle fibre; se invece è troppo breve, il foie gras rimane crudo e freddo all'interno.

2

Il problema

Al momento del servizio il tournedos rilascia liquido annacquando la salsa

L'ERRORE I filetti non hanno riposato prima di essere portati in tavola.

LA SOLUZIONE Fate riposare i filetti su una griglia, coperti con un foglio di alluminio che li mantenga caldi: i succhi, che in cottura si concentrano nel cuore della carne, si ridistribuiranno di nuovo in modo uniforme in tutte le fibre, rendendo il filetto più morbido e saporito.

3

Il problema

La salsa risulta troppo spessa

L'ERRORE È stata cotta troppo a lungo.

LA SOLUZIONE Cuocete l'amido molto brevemente, rispettando le quantità e i tempi indicati nella ricetta. Se la salsa dovesse risultare comunque troppo densa, potete correggerla aggiungendo poca acqua per volta, fino a raggiungere la giusta consistenza.

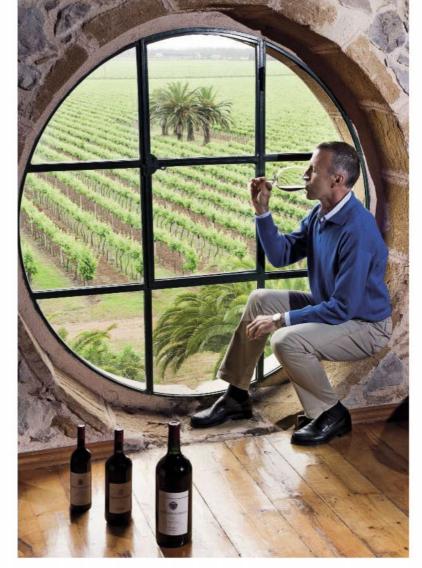
Buono a sapersi

SEGRETO DI CUOCO Per evitare che i liquidi eventualmente rilasciati dai filetti finiscano nella salsa, annacquandola, molti usano servire i tournedos su piccoli dischi di pane bianco tostato, tagliati in misura uguale o leggermente inferiore a quella delle fette di carne. Il pane bagnato dall'intingolo sarà un boccone delizioso.

LO STILE IN TAVOLA
Padella Alessi.

Splendori fuori stagione

DA ORISTANO AD ALGHERO, LA **SARDEGNA DEL NORD-OVEST** OFFRE STRAORDINARIE SUGGESTIONI NATURALI, FOLCLORISTICHE, ARCHEOLOGICHE E CULINARIE. ANCHE D'INVERNO

TESTO RICCARDO BIANCHI

BELLEZZE E SPECIALITÀ
A SINISTRA: Capo San Marco con la Torre di San Giovanni sulla penisola di Sinis che chiude a nord il Golfo di Oristano. SOPRA: i vigneti della tenuta Sella & Mosca (*www.sellaemosca.it*) ad Alghero: si producono e vendono vini di pregio quali Vermentino, Torbato, Cannonau, Carignano e Monica.

A DESTRA DALL'ALTO: chicchi di riso, una produzione nata nell'Oristanese negli anni Cinquanta. Raro e pregiato lo zafferano sardo. Riccardo Porceddu, cuoco dell'Antica Dimora del Gruccione di Santu Lussurgiu (OR), con due mustele, pregiato salume di lonza di maiale tipico della zona.

Fotografie di R. Spila/SIME, Anzenberger/Contrasto, Alamy/IPA, Francesco Vignali, Gianmario Marras

Sardegna ora? No, non è un errore. Anche se, nel nostro immaginario, è associata con l'estate e la sua fiabesca solarità mediterranea, l'isola offre emozioni di ogni genere e intensità pure nei mesi freddi. Per esempio, nella regione centro-nord occidentale, con la Sartiglia, il tambureggiante Carnevale di Oristano, un'eccitante kermesse equestre in costume che ha la sua apoteosi nelle esibizioni "a pariglia" in cui i 117 fantini dei due gremi (corporazioni) della città – i contadini e i falegnami – si sfidano in rocambolesche esibizioni a cavallo. Questo rito palpitante è l'occasione giusta per esplorare la città e il suo variegato territorio, per coglierne in tranquillità e senza la calca del turismo di massa pregi e bellezze. Ricca è l'archeologia: in primo piano il poderoso nuraghe di Losa a dominare la campagna di Abbasanta, il parco di Santa Cristina, con il suo villaggio nuragico e il pozzo sacro che mai manca di sorprendere, e infine, a contatto con il mare, nelle vicinanze di Cabras, nota per il suo grande "stagno"

→

ARTIGIANATO E GHIOTTONERIE
DA SINISTRA IN SENSO ORARIO: *coccoi*, pane decorato dell'Oristanese, preparato dalla panetteria di Mario Casula a Cabras, in corso Umberto I; una fase della Sartiglia, il celebre carnevale equestre di Oristano; dolci di Carnevale; la lavorazione del corallo ad Alghero. A DESTRA: il ponte sul Temo, unico fiume navigabile della Sardegna, a Bosa. In alto il duecentesco Castello Malaspina. SOTTO: prodotto tra i rilievi del Montiferru (OR), il Casizolu è un formaggio a pasta filata ottenuto dal latte delle vacche sardo-modicane. È un presidio Slow Food.

"La Sardegna è fuori **DAL TEMPO** *e dalla storia"*
D.H. Lawrence (1885-1930)

→

popolato di fenicotteri rosa e di anguille, il sito di Tharros intessuto di rovine soprattutto di epoca romana. Santa Giusta, alle porte di Oristano, ha un'imponente cattedrale romanica; Bosa, sull'estuario del fiume Temo, è tra i borghi più belli d'Italia; Arborea è una città di fondazione, costruita negli anni '20 tra Liberty e Futurismo quale centro nevralgico di una bonifica che ha dato all'Oristanese una nuova vocazione agricola: riso, in particolare l'Arborio, carciofi e le olive ne sono le coltivazioni più diffuse, ma nella regione sono eccellenti anche lo zafferano, la frutta con la pera Camusina in testa, il miele di cardo, la carne di agnello, i formaggi dal bianco di Arborea al casu fràzigu, un caprino "colonizzato" dalle larve della mosca del formaggio. E tra i nettari, la Vernaccia di Oristano. Né manca il pesce: oltre all'anguilla, si consumano la bottarga di muggine e *sa merca*, tranci di cefalo bollito e salato, avvolti in una sacca di erba palustre, la zibba. L'altro polo del viaggio è, più a nord, Alghero, splendida città marinara nella provincia di Sassari. Per raggiungerla da Oristano si costeggiano spiagge di sogno metafisiche nella loro solitaria livrea d'inverno come quelle di Is Arutas rivestita di microcristalli di quarzo simili a chicchi di riso, e di Santa Caterina di Pittinuri. "Bella, in fede mia, e ben solida", la definì l'imperatore Carlo V nel 1541: una trama di vie acciottolate, di palazzi antichi dai colori caldi dei muri intonacati, di turrite

→

Vademecum

DOVE MANGIARE E COMPRARE

• **AL TUGURI**
Storico ristorante di Alghero, propone un menu di carne e di pesce freschissimo. Eccellente l'aragosta all'algherese. *www.altuguri.it*

• **ANTICA DIMORA DEL GRUCCIONE**
In un palazzo nobiliare con una magnifica corte, offre le ricette preparate con ingredienti locali, accostamenti non consueti. Anche albergo. *www.anticadimora.com*

• **PASTIFICIO POLESE**
Dai malloreddus alla fregola e a tutte le paste di Sardegna. La specialità della casa sono le Lorighitas, un filo unico attorcigliato su se stesso. A Morgongiori (OR). *Tel. 3480475681*

• **CASA DEL FORMAGGIO**
Ad Alghero tutte le specialità sarde: pecorini freschi e stagionati, pani, salumi di cinghiale, tonno sardo, dolci, marmellate, oli, vini, liquori. *Tel. 0799733067*

• **GUSTI PREGIATI**
Si produce ottima bottarga di muggine venduta in baffe, in vasetti o in buste. A Cabras (OR). *www.gustipregiati.it*

DOVE SOGGIORNARE

• **VILLA LAS TRONAS**
Già residenza di vacanza dei Savoia, conserva e rinnova l'atmosfera aristocratica del buen retiro. Splendida posizione sul mare della Riviera del Corallo, ad Alghero (*foto in basso*). *www.hotelvillalastronas.it*

• **GOLF HOTEL IS ARENAS**
A nord di Oristano, è un resort, circondato da 850 ettari di rigogliosa pineta con un fronte di 6 km. Ristorante di livello, spa e golf a 18 buche. *www.golfhotelisarenas.com*

Fotografie di S. Amantini/SIME, 4Corners/SIME, Ansaloni/HEMIS, Gianmario Marras, Francesco Vignali

NATURA, RELIGIONE E PRODOTTI BUONI
SOPRA: grandi uliveti e olio ottimo anche nella campagna algherese. Qui siamo nella tenuta di San Giuliano (*www.sangiuliano.it*), una delle più antiche case olearie italiane, in cui si produce, tra l'altro, l'olio extravergine d'oliva Sardegna Dop, tra le cui zone di elezione ci sono il Sassarese e il Medio Campidano.
A SINISTRA, DALL'ALTO: uno scorcio della Grotta di Nettuno a nord di Alghero. Il tempio a pozzo (XI secolo a.C.) nel sito archeologico di Santa Cristina vicino a Paulilatino (OR). Vi si tenevano culti dedicati alle acque, richiamando le genti nuragiche da altre parti della Sardegna e da luoghi extraisolani.

Fotografie di Anzenberger/Contrasto, Ansaloni/HEMIS, Escudero/HEMIS

porte, vestigia della medievale cinta muraria, di musei. Poco oltre l'abitato incanta la grotta di Nettuno – si raggiunge in barca dal porto di Alghero o anche a piedi scendendo una ripida scalinata – spettacolare cattedrale di stalattiti che si riflettono in un'acqua di cristallo, la necropoli di Anghelu Ruju, tra le maggiori di Sardegna, lo spettacolare Capo Caccia e le tenute vitivinicole Sella & Mosca sulla strada che conduce all'aeroporto. E poi ci sono le mille cale e calette della Riviera del Corallo, un mare di lapislazzuli fonte di mille gioie e delizie, dai coralli rossi – Alghero è una capitale del suo artigianato – all'astice e all'aragosta, tra i più pregiati al mondo, simboli di una cucina dai sapori vivaci e autentici. Espressi dalla capunara, piatto di crostacei, acciughe, uova sode e frutti di mare, o, passando alle ricette terragne, dalla favata, una zuppa "omnibus" con fave, cavolfiori, salsicce, pancetta tritata, piedini di maiale, sedano, carote, cipolla, aglio, pomodori secchi e finocchietto selvatico. Ghiotti sono anche i peuxtus, che sono piedini di agnello conditi con una salsa piccante a base di pomodoro, aceto, aglio e peperoncino. A chiudere questo tour, i dolci. I papassinos, biscotti fatti con uva sultanina, mandorle e noci; le seadas, focaccine fritte ripiene di formaggio morbido dolce e servite in tavola con miele, zucchero o con una leggera melassa di fichi e fichi d'India, e le tabaccheras al menjarblanc, cioè i "biscotti che si mangiano in bianco", anticamente un dolce dei poveri e oggi squisito happy end di un pranzo gourmet.

LA RICETTA TIPICA

L'"agliata" è una tipica, saporitissima salsa agra dell'Algherese, nata per CONSERVARE A LUNGO molluschi e altri pesci, come altrove si usa con il saor e il carpione. Il sapore diventa più delicato se al posto dell'aceto si usa la Vernaccia di Oristano.

A

Polpo all'agliata

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora e 10' più 14 ore di riposo
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE
1,6 kg 1 polpo
200 g passata di pomodoro
200 g aceto
100 g pomodori secchi sott'olio
25 g capperi sotto sale più un po'
timo alloro prezzemolo aglio
olio extravergine di oliva sale

EVISCERATE *e lavate il polpo poi mettetelo in una casseruola coperto di acqua fredda, con un rametto di timo e una foglia di alloro. Portatelo a bollore e cuocetelo per 30', poi lasciatelo raffreddare nella sua acqua.*
SCOLATE *il polpo, eliminate occhi e becco e tagliatelo a tocchetti.*
TRITATE *i pomodori secchi sgocciolati e sciacquate i capperi dal sale. Trinateli con un ciuffetto di prezzemolo e mezzo spicchio di aglio.*
ROSOLATE *il trito in circa 100 g di olio per 2-3', poi unite l'aceto e la passata di pomodoro e cuocete per altri 15'; correggete di sale, se serve.*
UNITE *il polpo a pezzetti nel sugo e fatelo insaporire per 2', aggiungendo anche un pizzico di prezzemolo e capperi tritati.*
LASCIATE *raffreddare, mettete in frigo per almeno 12 ore a riposare. Servitelo a temperatura ambiente come antipasto.*

B

PREPARAZIONE JOËLLE NÉDERLANTS
TESTI LAURA FORTI
FOTOGRAFIE E STYLING BEATRICE PRADA

*Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina il **21 dicembre***

C

Piaceri di cantina

ROSSI E BIANCHI DEDICATI AI MOMENTI DA PASSARE **IN COMPAGNIA**. CON DUE IMPORTANTI ETICHETTE IN FELICE CONFRONTO TRA NORD E SUD

A CURA DI GIUSEPPE VACCARINI

Per la tavola quotidiana

VALLE D'AOSTA

1 VALLE D'AOSTA TORRETTE 2013 CROTTA DI PRADO *(8 euro)*. Questo rosso **d'alta quota** fresco e speziato è ora il vino più prodotto nella regione. Eccolo nella versione piacevole e asciutta di una piccola azienda a conduzione familiare. Si serve a 16-18 °C.

BUONO CON: ***costolette alla valdostana.***
Jovençan (AO), tel. 3479638367

FRIULI-VENEZIA GIULIA

2 FRIULI COLLI ORIENTALI REFOSCO DAL PEDUNCOLO ROSSO 2013 VISINTINI *(6,50 euro)*. Incisivo rosso di territorio, dal primo "Bio Distretto" friulano, dove ogni attività, dall'agricoltura al turismo, condivide lo stesso ideale di salubrità e **genuinità**. Si serve a 16-18 °C.

BUONO CON: ***selvaggina, maiale e insaccati.***
Corno di Rosazzo (UD), tel. 0432755813, www.vinivisintini.com

MARCHE

3 VERDICCHIO DEI CASTELLI DI JESI CLASSICO SUPERIORE "TERRE DI SAMPAOLO" 2014 PIERSANTI *(6 euro)*. Qualità molto soddisfacente e **prezzo strepitoso** per questo campione dei bianchi marchigiani. Da uve vendemmiate tardivamente, ha sapore pieno con uno stimolante fondo minerale. Si serve a 10-12 °C, anche come aperitivo.

BUONO CON: ***frutti di mare e zuppe di pesce.***
S. Paolo di Jesi (AN), tel. 0731703214, www.piersantivini.com

SICILIA

4 SICILIA GRILLO "EDESIA" 2014 ALCESTI *(8 euro)*. Bianco corposo e fresco, che profuma di macchia mediterranea e rivela un'**anima marina** nelle persistenti note salmastre. Si serve 10-12 °C.

BUONO CON: ***risotti di mare, pesci e carni bianche alla griglia.***
Marsala (TP), tel. 0923997283, www.alcesti.it

Fotografie di Riccardo Lettieri, Andrea Pesce

Da non perdere

PIEMONTE

1 BARBERA D'ASTI SUPERIORE "SESSANEA" 2009 VITIVINICOLA GIULIA *(12 euro)*. Un riuscitissimo connubio di **eleganza** e disinvoltura. Con profumi intensi di prugna, note di spezie e un sapore morbido e fresco, è un invito alla convivialità. Si serve a 16-18 °C.

BUONO CON: ***antipasti piemontesi, bollito misto, formaggi stagionati a pasta molle.***
Monastero Bormida (AT), tel. 0144889007, www.sessanea.com

VENETO

2 L'EXTRA BRUT MILLESIMATO 2014 RUGGERI *(9 euro)*. Stimata a livello **internazionale** per la qualità dei suoi Prosecco, considerati tra i migliori della denominazione, la Cantina Ruggeri firma tra gli altri questo raffinato spumante secco: la stimolante sapidità lo rende perfetto per l'aperitivo. Si serve a 8-10 °C.

BUONO CON: ***stuzzichini, antipasti di pesce e verdure fritte in pastella.***
Valdobbiadene (TV), tel. 04239092, www.ruggeri.it

LAZIO

3 FRASCATI SUPERIORE "EREMO TUSCOLANO" 2014 VALLE VERMIGLIA *(14 euro)*. Dedicando tutte le cure a un unico vino, il Frascati Superiore, Valle Vermiglia riporta oggi a **nuovo splendore** il bianco più amato dell'antichità. Alle porte della capitale, il terreno vulcanico del Monte Tuscolo gli dà intensità, freschezza e un fondo amarognolo di grande personalità.

Etichette d'eccezione

PIEMONTE

1 BAROLO "CANNUBI" 2011 DAMILANO *(51 euro).* Cannubi è il nome di una vigna di nebbiolo il cui pregio è noto fin dal Settecento. Lo **straordinario mix** di sabbia, calcare e argilla dà a questo Barolo intensità aromatica, grande equilibrio e vivacità. Robusto e austero, si serve a 16-18 °C.

BUONO CON: ***brasato al Barolo, anatra farcita, formaggio Castelmagno.***

La Morra (CN), tel. 017356105, www.cantinedamilano.it

PUGLIA

2 GIOIA DEL COLLE PRIMITIVO RISERVA "DEDICATO A FRANCO E LUCIA" 2011 CANTINE BOTROMAGNO *(38 euro).* Da **viti centenarie** un potente rosso del Sud, prodotto solo in 1991 bottiglie numerate, in ricordo dell'anno di fondazione della cantina. Si serve a 18-20 °C.

BUONO CON: ***capretto al forno, salsicce alla brace, provolone piccante.***

Gravina in Puglia (BA), tel. 0803265865, www.botromagno.it

DA UNA DELLE PIÙ ANTICHE E AFFERMATE CANTINE DELLE LANGHE

1

2

Belle maniere

DI FIAMMETTA FADDA

BERE GIUSTO

Al ristorante mi piace abbinare le portate a un paio di vini diversi ma, in due, la scelta delle mezze bottiglie è molto limitata, e lo stesso vale per i vini disponibili al bicchiere. D'altra parte due bottiglie intere, oltre al costo, sarebbero un vero spreco.

Da Il Vino a Parigi (*www.enricobernardo.com*), vige la prassi contraria: il menu è costituito da diverse combinazioni di vini al bicchiere; le portate di accompagnamento, non indicate, arrivano "alla cieca", scelte dal team sommelier-cuoco. Un'esperienza eccitante per i palati curiosi. Quanto alle sue giuste osservazioni, poco male per la scarsità di mezze bottiglie: un formato che poche case producono e che non è ottimale per esprimere le qualità del vino. Per il vino al bicchiere, invece, la situazione oggi è molto favorevole nei ristoranti provvisti di una buona cantina e nelle enoteche con cucina ben fornite, perché l'attuale politica, che mira a non immobilizzare il capitale, è di far "girare" le bottiglie, anche quelle importanti, offrendole al bicchiere. Quanto alle bottiglie intere, oggi esiste la felice prassi della "bottiglia aperta", ovvero la bottiglia non terminata, che viene ritappata e confezionata per essere portata a casa. Una volta rito abituale nelle osterie piemontesi col nome di "buta stupa", oggi atteggiamento attento, che combina il piacere di concedersi abbinamenti ideali con il non-spreco. Incartata con eleganza dal ristorante stesso, la bottiglia continuerà a offrire la sua piacevolezza altrove.

La Guida del Gambero Rosso 2016 lo premia con i 3 bicchieri. Si serve a 8-12 °C.

BUONO CON: ***zuppe di cereali, rigatoni con la pagliata, fritto misto.***

Roma, tel. 3487221073, www.eremotuscolano.it

SICILIA

4 MOSCATO DI NOTO "NOTISSIMO" 2014 RIOFAVARA *(14 euro).* Esprime con **naturalezza** il carattere asciutto e caldo del Sud della Sicilia, concentrandolo in una dolcezza molto equilibrata che sfuma su note di vaniglia e di frutta. Si serve a 12-14 °C.

BUONO CON: ***cannoli siciliani, scorzette di arancia candite e croccante di mandorle.***

Ispica (RG), tel. 0932705130, www.riofavara.it

LO STILE IN TAVOLA
Bicchieri Riedel.

L'ETICHETTA NASCE DALL'ESTRO GIOCOSO DELL'ARTISTA UGO NESPOLO

1

2

3

EREMO TUSCOLANO

4

Antipasti

In un'alternanza di sapori **RUSTICI E DELICATI**: nervetti dalla tradizione lombarda, piccole tartare, quiche vegetariane e altre bontà d'inizio

RICETTE DAVIDE BROVELLI
ABBINAMENTI VINI/RICETTE GIUSEPPE VACCARINI
TESTI CRISTINA FABBRI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

1 Insalata di nervetti

dalla LOMBARDIA

IMPEGNO Medio
TEMPO 3 ore
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
3 kg 2 piedini di vitello – **2** carote – **2** coste di sedano – **1** cipolla bianca
1 cipolla rossa – **1** porro – alloro – rosmarino – prezzemolo
aceto di vino bianco – olio extravergine di oliva – sale – pepe nero in grani

PREPARATE *un mazzetto guarnito avvolgendo in una garza una guaina di porro, un rametto di rosmarino, un ciuffetto di prezzemolo e qualche foglia di alloro; legate con filo o spago da cucina.*
MONDATE *e tagliate a tocchi sedano, carote, porro, cipolla bianca, quindi riuniteli in una pentola molto capiente con il mazzetto guarnito e qualche grano di pepe. Riempite con acqua fredda e cuocetevi i piedini come indicato nella scuola qui accanto.*
CONDITE *i nervetti affettati con la cipolla rossa a fettine, un ciuffo di prezzemolo tritato, un cucchiaio abbondante di aceto, poco olio, un pizzico di sale e una generosa macinata di pepe.*
TRADIZIONI REGIONALI *L'insalata di nervetti è il classico "rinforzo" che si serviva nelle vecchie osterie milanesi in compagnia di un bicchiere di robusto vino rosso. Saporita e a buon mercato, ha il pregio di conservarsi bene per alcuni giorni, acquistando via via un sapore più intenso. Nella ricetta storica, al posto delle cipolle si usano i cipollotti. I nervetti si trovano anche già pronti, pressati in mattonelle, da affettare o tagliare in dadini e condire a piacere.*

VINO *rosso secco e leggero di corpo.*
- **Monferrato Barbera**
- **San Colombano**
- **Penisola Sorrentina Rosso frizzante**

Scuola di cucina

NERVETTI HOME MADE

Si ottengono facilmente dai piedini di vitello e si possono preparare in anticipo conservandoli in frigo per qualche giorno. Poco prima del consumo, i nervetti vanno intiepiditi a bagnomaria. Al momento dell'acquisto, chiedete al vostro macellaio di tagliare a metà per il lungo i piedini di vitello.

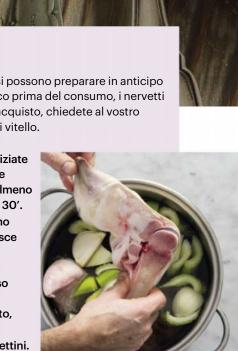
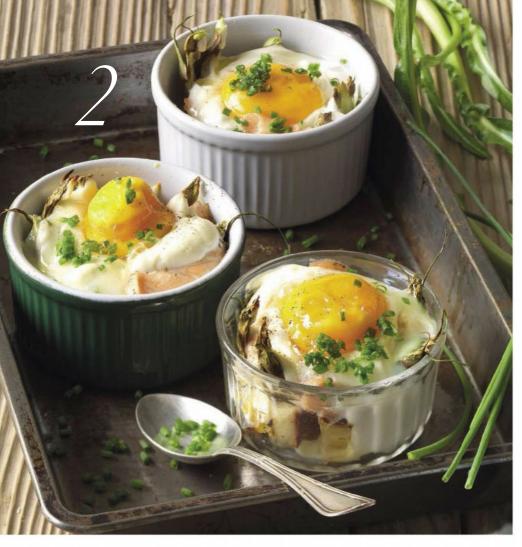
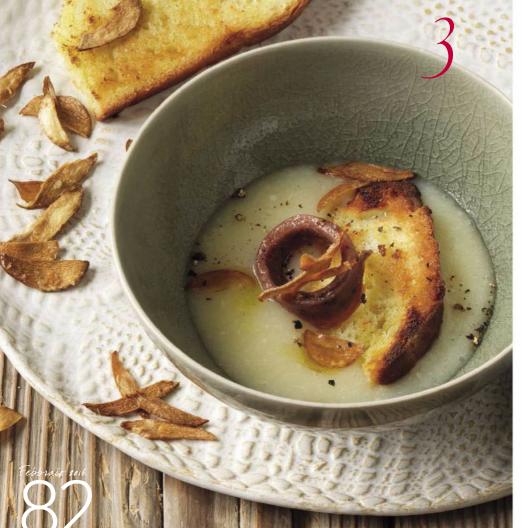
a **Bruciacchiate sulla fiamma la parte esterna dei piedini di vitello per eliminare eventuali residui. Iniziate la cottura immergendoli in acqua fredda con sale e aromi e, da quando si leva il bollore, cuoceteli per almeno 2 ore. Spegnete e lasciateli riposare nel brodo per 30'.**

b–c **Scolate i piedini e lasciateli intiepidire il meno possibile: raffreddandosi, infatti, la carne si indurisce e diventa meno agevole disossarla. Eliminate ossi e ossicini, filamenti scuri e parti dure. Conservate le cartilagini, il tessuto connettivo, la pelle, il grasso e qualche residuo di polpa. (Potete recuperare il midollo dei piedini e conservarlo, anche surgelato, per insaporire un risotto alla milanese).**

d **Affettate infine tutto a listerelle sottili o a tocchettini.**

A

LO STILE IN TAVOLA

Ciotole dei nervetti e della crema all'aglio Giovelab, ciotola delle carote in agrodolce Zafferano.

2 Salmone marinato, puntarelle e uova in cocotte

IMPEGNO Facile
TEMPO 40 minuti più 2 ore di marinatura

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
200 g filetto di salmone fresco
60 g formaggio bianco cremoso fresco
40 g puntarelle mondate e affettate
4 fette di pane casareccio – **4** uova
panna fresca – grani di coriandolo
bacche di ginepro – semi di finocchio
erba cipollina – zucchero – burro
olio extravergine di oliva – sale fino
e grosso – pepe nero e rosa in grani

PESTATE *nel mortaio un cucchiaio di sale grosso, qualche grano di coriandolo, di pepe nero e di pepe rosa, 2 bacche di ginepro, un pizzico di semi di finocchio e mezzo cucchiaino di zucchero. Massaggiate il pesce con il trito ottenuto, avvolgetelo nella pellicola e fatelo marinare in frigo per almeno 2 ore. Trascorso questo tempo, lavatelo, asciugatelo e tagliatelo a carpaccio.*
TAGLIATE *a strisce il pane, tostatele in padella con poco olio e stemperate il formaggio con un cucchiaio di panna.*
IMBURRATE *4 cocotte (ø 8 cm, h 3 cm), coprite il fondo con le strisce di pane tostate, distribuite le puntarelle e le fettine di salmone, poi coprite con un cucchiaio di crema di formaggio. Sgusciate in ogni cocotte un uovo e infornate a 180 °C per 10′. Completate con un trito di erba cipollina, sale, una macinata di pepe nero e un filo di olio.*
LA SIGNORA OLGA *dice che nel forno a microonde, a 750 watt di potenza, le cocotte cuociono in un minuto e mezzo.*

VINO *bianco secco, sapido e floreale.*
- **Alto Adige Terlano Pinot grigio**
- **Valdinievole Bianco Superiore**
- **Vermentino di Sardegna**

3 Crema all'aglio con pane croccante e filetti di acciuga

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g patate
7 spicchi di aglio sbucciati
4 filetti di acciuga sott'olio
2 fette di pane casareccio

scalogno – vino bianco – brodo vegetale
olio extravergine di oliva
sale grosso e fino – pepe

VERSATE *in una casseruola un filo di olio extravergine e una presa di sale grosso, portate sul fuoco e rosolate mezzo scalogno tritato.*
UNITE *le patate sbucciate e tagliate a tocchi, 5 spicchi di aglio, sfumate con una spruzzata di vino bianco, poi coprite con 800 g di brodo caldo e cuocete per 40'.*
SPEGNETE, *eliminate gli spicchi di aglio e frullate il resto con il mixer a immersione ottenendo una crema densa. Riportatela sul fuoco, correggete di sale e pepate.*
AFFETTATE *a scagliette sottili gli spicchi di aglio rimasti e fateli colorire in padella con un filo di olio extravergine. Liberate la padella e nella stessa abbrustolite le fette di pane unte di olio extravergine.*
DISTRIBUITE *la crema all'aglio nelle ciotoline e completatela, prima di servire, con le fette di pane grossolanamente spezzettate, l'aglio fritto e un filetto di acciuga.*
LA SIGNORA OLGA *dice che chi preferisce un sapore più intenso può non eliminare gli spicchi di aglio e lasciarli tutti o in parte prima di frullare la crema.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- Lugana
- Valdichiana Bianco Vergine
- Salice Salentino Bianco

GUSTO CLASSICO
Per un antipasto più sostanzioso, incorporate al filetto tritato anche tuorlo freschissimo, uno per ogni 150 g di carne

4 Bocconcini di tartare con carote in agrodolce

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora

INGREDIENTI PER 8 PERSONE
500 g filetto di manzo
500 g carote comuni o carote colorate
350 g vino bianco
250 g aceto di vino bianco
20 g capperi sotto sale
1 scalogno – prezzemolo – basilico – alloro
menta – timo – bacche di ginepro
guaina di porro – senape – aceto
balsamico – salsa di soia – zucchero
olio extravergine di oliva
sale grosso e fino – pepe nero in grani

SPUNTATE *le carote, dividetele a metà prima per il lungo e poi in orizzontale. Raccogliete in una garza una guaina di porro, qualche foglia di prezzemolo, basilico, alloro, menta e timo e legate con filo o spago da cucina.*
PORTATE *a bollore in una casseruola 500 g di acqua, il vino e l'aceto di vino bianco; insaporite con una presa di sale grosso, un cucchiaio di zucchero, qualche grano di pepe, 2 bacche di ginepro quindi unite le carote e il mazzetto aromatico.*
CUOCETE *per 30', spegnete, lasciate riposare le carote nel brodo per 10', poi scolatele.*
TAGLIATE *la carne a grossi tocchi e poi tritatela con il coltello ottenendo una tartare. Raccoglietela in una ciotola e unite i capperi dissalati e tritati con mezzo scalogno, 2 cucchiai di olio, un cucchiaino di salsa di soia, uno di senape, uno di aceto balsamico, un pizzico di sale, una generosa macinata di pepe. Mescolate bene per amalgamare tutti gli ingredienti.*
DISTRIBUITE *la tartare a bocconcini su un tagliere di legno, decoratela a piacere con una julienne di carota e con qualche foglia di rucola e servitela accompagnata dalle carote in agrodolce.*

VINO *rosso secco e leggero di corpo.*
- Valli Ossolane Rosso
- Breganze Merlot
- Aprilia Sangiovese

5 Terrina di merluzzo con salsa allo zenzero e lime

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora più 2 ore di raffreddamento

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g filetti di merluzzo
70 g ricotta
2 cipollotti
2 albumi
1 lime
1 limone
latte – burro
scalogno
senape
zenzero fresco
erba cipollina – menta
prezzemolo
olio extravergine di oliva
sale – pepe nero in grani
insalatina per guarnire

METTETE *il pesce in una casseruola, copritelo a filo con acqua fredda, unite una presa di sale, una macinata di pepe, qualche rametto di prezzemolo, un quarto di scalogno, mezzo limone e cuocete per 10′.*
SCOLATE *il pesce e frullatelo con gli albumi, la ricotta, un cucchiaio di latte, il succo di mezzo limone, la scorza grattugiata, qualche filo di erba cipollina e qualche foglia tritata di prezzemolo e di menta.*
IMBURRATE *uno stampo rettangolare (28x8 cm, h 7 cm), foderatelo con carta da forno, imburrate anch'essa, poi versate il composto di pesce. Livellatelo con una spatola, copritelo con un foglio di alluminio quindi infornatelo a bagnomaria a 180 °C e cuocetelo per 30′. Sfornate la terrina, lasciatela raffreddare, poi mettetela nel frigorifero per almeno 2 ore.*
PREPARATE, *al momento dell'uso, la salsa di accompagnamento frullando 40 g di olio con il succo di mezzo lime, un cucchiaino di senape, un cucchiaino di zenzero grattugiato, sale e pepe.*
DIVIDETE *a metà per il lungo i cipollotti e appassiteli in padella con un filo di olio.*
AFFETTATE *la terrina a grossi tranci e guarniteli con i cipollotti stufati, qualche fogliolina di insalatina, un po' di scorza di limone grattugiata.*

OLIO *mediamente fruttato, con amaro e piccante piuttosto accentuati, e note di pomodoro e di mandorla.*
- **Olio pugliese da olive Ogliarola garganica**
- **Monti Iblei Dop**

VINO *bianco secco, sapido e floreale.*
- **Colli Berici Manzoni Bianco**
- **Val di Cornia Ansonica**
- **Erice Grillo**

CONTENITORE O CONTENUTO?

È nato in Francia nel XV secolo un recipiente in terracotta detto **terrina**, destinato in origine alla cottura degli avanzi. Col tempo sono cambiati i materiali e il nome è passato a indicare anche le preparazioni di carne, pesce e verdure accomodate in questo tipo di stampo e cotte in forno a bagnomaria.

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***9 dicembre***

5

6

6 Piccole quiche con cardi e olive

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 30′
Vegetariana

INGREDIENTI PER 12 PEZZI
250 g farina
250 g coste di cardo mondate
125 g burro
100 g panna fresca
50 g uvetta
2 uova – **1** scalogno
olive taggiasche
limone – grana grattugiato
burro – noce moscata
sale – pepe

IMPASTATE *la farina con il burro e 60 g di acqua nella quale avrete sciolto un pizzico di sale. Raccogliete la pasta a palla, copritela con la pellicola e mettetela in frigo per 30′. Per semplificare, potete usare circa 400 g di pasta brisée pronta.*
CUOCETE *intanto il cardo in acqua bollente salata, acidulata con succo di limone, per 30′. Scolatelo, affettatelo sottilissimo e saltatelo in una noce di burro con lo scalogno tritato e l'uvetta ammollata e strizzata.*
SBATTETE *le uova con la panna, un cucchiaio di grana, una grattatina di noce moscata, sale e pepe.*
TIRATE *la pasta, ricavate dei dischi e foderate 12 stampini da tartelletta (ø 8 cm).*
DISTRIBUITE *il ripieno di cardi, unite pezzettini di oliva, coprite con il composto di uova, spolverizzate di grana e infornate a 180 °C per 25′. Servite le quiche tiepide.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- **Curtefranca Bianco**
- **Friuli-Grave Riesling**
- **Ostuni Bianco**

Tartufi per gioco

ZUCCA E FORMAGGIO DI CAPRA. GLI OPPOSTI **DOLCE/SAPIDO** SI ATTRAGGONO IN QUESTI SIMIL-PASTICCINI. DA MANGIARE CON LE MANI DISINVOLTAMENTE

RICETTA TOMMASO ARRIGONI **ABBINAMENTO VINO/RICETTA** GIUSEPPE VACCARINI
TESTI CRISTINA FABBRI **FOTOGRAFIE** RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

Il vino giusto

Un vino dolce con aromi di frutta matura e fiori

Alto Adige Gewürztraminer Vendemmia tardiva "Linticlarus" 2011 Tiefenbrunner

Le uve vendemmiate a fine dicembre hanno un succo molto concentrato e zuccherino, che dà a questo Traminer

Tartufi di zucca e formaggio con granella di nocciole

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora e 30 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 20 PEZZI
- **1,7 kg** zucca
- **500 g** tronchetto di formaggio di capra
- **100 g** granella di nocciole
- **80 g** mostarda di frutti misti

1 DECORTICATE *la zucca eliminando la parte verde con l'aiuto di un coltello affilato e mettendo a nudo la polpa.*
2 RIDUCETE *la polpa a tocchi più o meno delle stesse dimensioni perché cuociano nello stesso tempo.*
3 COPRITE *con carta da forno una placca, distribuite i tocchetti di zucca in uno strato solo e infornateli a 180 °C per 35'. Sfornate e lasciate raffreddare.*
4 SETACCIATE *la zucca lavorando con la spatola: dovrete ottenere circa 500 g di passato.*
5 RASCHIATE *il tronchetto di formaggio di capra per eliminare del tutto la patina che lo ricopre.*
6 TAGLIATE *il tronchetto a grosse fette.*
7 TRASFERITE *nell'impastatrice le fette di formaggio, il passato di zucca e la mostarda tritata, quindi azionate le fruste elettriche.*
8 LAVORATE *fino a quando il composto non sarà perfettamente amalgamato. Distribuite intanto la granella di nocciole su una placca.*
9 TRASFERITE *il composto in una ciotola e raccoglietelo a palline con l'apposito attrezzo. Per facilitare l'operazione, immergete ogni volta il porzionatore in acqua bollente.*
10 FATE *rotolare le palline nella granella di nocciole in modo che se ne ricoprano bene, e servite.*

aromatico un gentile profumo di miele, di frutta secca e di fiori e un sapore intenso e dolce, bilanciato da una buona freschezza. Ricco di personalità, ha la stoffa per invecchiare. Ottimo con torte e crostate e con i formaggi stagionati, si serve sui 10-12 °C. *30 euro.*

LO STILE IN TAVOLA
Impastatrice Kenwood.

*Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina l'**11 dicembre***

Primi

Il **CALORE CASALINGO** in ricche paste gratinate, ripiene, in brodo.
L'allegria della festa in "arancini" di mare.
I piaceri del benessere in una saporita quinoa

RICETTE ALESSANDRO PROCOPIO
ABBINAMENTI VINI/RICETTE GIUSEPPE VACCARINI
TESTI LAURA FORTI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

1 Ravioli di ricotta e carciofi

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 30'
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
300 g ricotta di pecora
100 g semola rimacinata di grano duro
100 g farina 00
6 carciofi – **2** uova – grana grattugiato
pangrattato
aglio – prezzemolo
vino bianco secco
limone – olio extravergine di oliva
sale – pepe

IMPASTATE *la semola e la farina con le uova, fino a ottenere un panetto liscio e omogeneo. Lasciatelo riposare coperto per 30'.*
MONDATE *i carciofi, immergendoli via via in una bacinella di acqua e limone per evitare che si anneriscano; tagliateli a metà e privateli della barba interna. Tenetene da parte 2 metà e tagliate a fette gli altri.*
SCALDATE *un filo di olio con uno spicchio di aglio schiacciato. Togliete l'aglio e unite i carciofi affettati: arrostiteli per 2' con una presa di sale, poi sfumateli con uno spruzzo di vino bianco.*
METTETE *da parte circa un terzo dei carciofi saltati e tritate gli altri con un coltello.*

LO STILE IN TAVOLA
Pirofila Wald, piatto degli arancini Giovelab.

1

Scuola di cucina

MONDARE I CARCIOFI

I più freschi si riconoscono dal capolino turgido e sodo con foglie ben serrate e dal gambo lungo e rigido. Nel pulirli, manovrateli con un po' di cautela per non pungervi e, per non macchiarvi le mani, indossate i guanti usa e getta.

a **Tagliate il gambo, lasciandone 2-5 cm. Eliminate le foglie esterne, più coriacee.**
b **Tagliate via la punta con tutte le spine. Accorciatela più o meno a fondo secondo le esigenze della ricetta.**
c **Eliminate la parte esterna più fibrosa, tagliandola dal gambo verso le foglie.**
d **Eliminate poi la barba interna, utilizzando uno scavino. Infine, a seconda delle ricette, tagliate i carciofi a metà, a spicchi, a fette più o meno sottili.**

A

B

C

D

SGOCCIOLATE *la ricotta e mescolatela con i carciofi tritati, un ciuffo di prezzemolo tritato, un cucchiaio di grana e uno di pangrattato, sale, pepe e un filo di olio, ottenendo così il ripieno per i ravioli.*
STENDETE *la pasta in sfoglie dello spessore di circa 2 mm e tagliatele in quadratini di 6 cm. Disponete al centro dei quadratini una piccola noce di ripieno e chiudete la pasta a fagottino, facendo convergere al centro i vertici dei quadrati.*

AFFETTATE *finemente i carciofi crudi tenuti da parte.*
TUFFATE *i ravioli in acqua bollente salata e cuoceteli per 2-3'. Serviteli con un filo di olio, accompagnandoli con i carciofi cotti tenuti da parte e quelli crudi affettati sottili.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- **Colli Euganei Bianco secco**
- **Cerveteri Bianco**
- **Alcamo Bianco**

2

dall'ABRUZZO

SI DICE COSÌ
Scrippelle è la versione dialettale di crespelle, mentre 'mbusse è un'espressione che significa inzuppato, bagnato

2 Scrippelle 'mbusse

IMPEGNO Facile
TEMPO 40 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
1,5 l brodo di pollo
140 g farina
50 g pecorino grattugiato
50 g grana grattugiato
4 uova
prezzemolo – latte
noce moscata
olio extravergine di oliva – sale

SBATTETE *le uova con la farina, 2 cucchiai di latte, un cucchiaio di prezzemolo tritato, un pizzico di sale, una grattatina di noce moscata e 140 g di acqua fino a ottenere una pastella densa e consistente.*
UNGETE *di olio una padella e cuocetevi la pastella, versandola a cucchiaiate: dovrete ottenere sottilissime crespelle, da cuocere per 1-2′ per lato.*
COSPARGETE *con pecorino e grana le crespelle, quindi arrotolatele e tagliatele a rocchetti. Distribuiteli nei piatti e serviteli con il brodo caldo.*
TRADIZIONI REGIONALI *Queste crespelle tipiche del Teramano si servono solitamente arrotolate a mo' di cannelloni. Noi le proponiamo in una versione contemporanea più accattivante, e anche più pratica da mangiare.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- Gavi
- Vernaccia di San Gimignano
- Falerno del Massico Bianco

3 Conchiglioni al ragù gratinati

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 15′ più 30′ di ammollo

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
400 g polpa di manzo macinata
300 g salsiccia fresca al finocchietto
300 g latte
250 g conchiglioni
20 g funghi porcini secchi
12 g amido di mais
1 scalogno
1 carota
1 gambo di sedano
1 spicchio di aglio
peperoncino
timo – vino bianco secco
grana grattugiato
erba cipollina
olio extravergine di oliva – sale

AMMOLLATE *i funghi in acqua per 30′.*
TRITATE *sedano, carota e scalogno e fateli appassire in una padella con un filo di olio e uno spicchio di aglio schiacciato con la buccia.*
AGGIUNGETE *dopo 2′ la salsiccia sgranata e fatela rosolare finché non comincia a rilasciare il suo grasso. Unite quindi anche la polpa di manzo e i funghi, strizzati dall'acqua di ammollo e sminuzzati. Fate insaporire tutto per 8-10′, poi sfumate con due dita di vino e aggiungete un po' di peperoncino a piacere e un rametto di timo sfogliato.*
BAGNATE *con un mestolo di acqua di ammollo dei funghi, ben filtrata, chiudete con un coperchio, fate cuocere a fuoco basso per circa 30′ e alla fine salate.*
SCALDATE *intanto 270 g di latte con un pizzico di sale. Diluite l'amido di mais nel latte rimasto e aggiungetelo al latte. Fatelo addensare per mezzo minuto, poi togliete dal fuoco e aggiungete anche 40 g di grana grattugiato, ottenendo una besciamella leggera.*
LESSATE *i conchiglioni in acqua bollente salata, scolateli al dente e allargateli su un vassoio; ungeteli con un filo di olio e lasciateli raffreddare.*
METTETE *sul fondo di una pirofila*

2 cucchiaiate di ragù e 2 di besciamella. Riempite i conchiglioni con il ragù e il resto della besciamella, poi sistemateli nella pirofila, in un unico strato.
COSPARGETELI *con un po' di grana grattugiato e un filo di olio e infornateli a 180 °C per 8-10'. Completate con erba cipollina e servite.*
LA SIGNORA OLGA *dice che conviene cuocere qualche conchiglione più del necessario, perché alcuni potrebbero rompersi in cottura o durante la lavorazione. Per lo stesso motivo, lessateli al dente, ma non troppo, poiché rischiereste di romperli riempiendoli.*

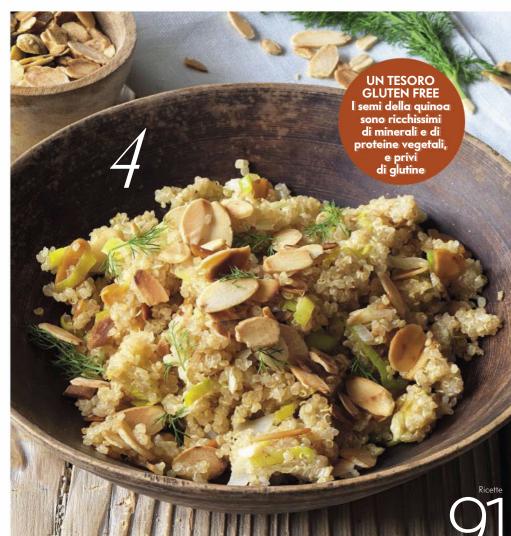
VINO *rosso secco e leggero di corpo.*
- **Garda Corvina**
- **Terre di Casole Sangiovese**
- **Nero Buono**

4 Quinoa con porri, soia e mandorle tostate

IMPEGNO Facile
TEMPO 40 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
250 g quinoa
200 g porro
70 g mandorle a lamelle
1 scalogno
salsa di soia – aneto
olio extravergine di oliva – sale

SCIACQUATE *la quinoa sotto l'acqua corrente per circa 10'. Tritate lo scalogno e fatelo appassire in una casseruola per 2' in un velo di olio. Aggiungete la quinoa scolata, bagnate con un mestolo di acqua bollente salata e portatela a cottura aggiungendo poca acqua per volta, come un risotto, in circa 10-12'.*
SPEGNETE *e lasciate riposare per 10-15'.*
TOSTATE *in padella le mandorle per 2-3'.*
MONDATE *il porro e tagliatelo a mezze rondelle sottili. Rosolatele in padella con un cucchiaio di olio e una presa di sale per 2', poi aggiungete la quinoa e fatela insaporire per 2-3'. Spegnete, condite con un cucchiaio di salsa di soia e completate con le mandorle tostate e ciuffettini di aneto.*

VINO *bianco secco, sapido e floreale.*
- **Trentino Pinot grigio**
- **Colli Pesaresi Biancame**
- **Lamezia Greco**

5 "Arancini" di calamari

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 10'

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g 12 calamari puliti
100 g riso Carnaroli
2 uova
burro – grana grattugiato
aceto – farina – pangrattato
zafferano in polvere
olio di arachide – sale

TOSTATE *il riso in una casseruola, senza grassi, poi bagnatelo con un mestolo di acqua bollente salata, aggiungendo mezza bustina di zafferano e portate a cottura in 16-18', unendo poca acqua per volta. Mantecate infine con poco burro, 2 cucchiai di grana, uno spruzzo di aceto e fate raffreddare.*
SEPARATE *i ciuffi dei calamari dai sacchi. Riempite questi ultimi con il riso fino a 2 mm sotto il bordo e richiudetelo sopra il riso.*
PASSATE *i calamari nella farina, poi nelle uova sbattute, quindi nel pangrattato, poi di nuovo nelle uova e nel pangrattato, sigillando bene le aperture.*
PASSATE *nel pangrattato o nella farina anche i ciuffi. Friggete i calamari imbottiti e i ciuffi in abbondante olio ben caldo; scolateli su carta da cucina, salate e servite subito.*

VINO *bianco frizzante, sapore secco e fresco.*
- **Arcole Bianco frizzante**
- **Modena Pignoletto frizzante**
- **Lizzano Bianco frizzante**

BIRRA *chiara, leggermente amara con intensi aromi di luppolo, molto frizzante e poco persistente.*
- **Pils**

BUONI A BUFFET

Questi "arancini" che ricordano nella forma quelli classici a base di riso e ragù sono ideali per una cena in piedi: in questo caso, per praticità, servite solo i sacchi dei calamari, tenendo i ciuffi per altre ricette.

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***14 dicembre***

TIGOTÀ PRESENTA
SUPER
TÍ
MISSIONE
SAN
VALENTINO

Pesci

Piatti bellissimi da vedere e fuori dal comune.
In ognuno pesci e crostacei nella loro stagione migliore
e un ingrediente che imprime **GRANDE FORZA** espressiva

RICETTE ANTONIO SCARANTINO **ABBINAMENTI VINI/RICETTE** GIUSEPPE VACCARINI
TESTI ANGELA ODONE **FOTOGRAFIE** RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

1 Brodetto

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 30′

INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE
1 kg 1 gallinella – **1 kg** cozze pulite
1 kg vongole spurgate
300 g filetto di branzino
200 g concentrato di pomodoro
8 gamberoni – **8** scampi – **8** canocchie
8 seppie pulite – **2** spicchi di aglio – scalogno
pane casareccio – aceto bianco – farina
brodo vegetale – alloro – prezzemolo
vino bianco secco – olio extravergine di oliva

EVISCERATE *la gallinella, sfilettatela e conservate la testa. Verificate che nei filetti non ci siano lische residue; se necessario, eliminatele con una pinzetta. Dividete i filetti di gallinella e di branzino in trancetti.*
RIFILATE *le canocchie come spiegato nei passaggi a fianco.*
SGUSCIATE *4 scampi, 4 canocchie, 4 gamberoni e conservate le teste.*
STEMPERATE *il concentrato di pomodoro con mezzo bicchiere di aceto, mescolate bene in modo da ottenere una crema omogenea.*
TRITATE *gli spicchi di aglio e uno scalogno.*
ROSOLATE *in una casseruola capace gli spicchi di aglio e lo scalogno con una foglia di alloro in 4 cucchiai di olio. Dopo 2-3′ unite 100 g di vino, fate evaporare la parte alcolica, quindi unite il concentrato di pomodoro.*
BAGNATE *con 1,5 litri di brodo vegetale caldo, poi unite tutte le teste e i carapaci tenuti da parte, la testa della gallinella e qualche gambo di prezzemolo; dopo 5′ sulla fiamma viva riducete il fuoco e proseguite nella cottura per 20′.*
FILTRATE *attraverso il colino cinese pestando con un cucchiaio.*
INFARINATE *i trancetti di branzino e di gallinella e rosolateli in padella in un velo di olio per 1-2′ per lato. Salateli alla fine.*
RIPORTATE *il brodetto sul fuoco, unite i trancetti rosolati, le seppie e il resto dei crostacei. Dopo 6-7′ unite anche le cozze e le vongole e completate la cottura in 5′. Servite il brodetto con crostini di pane tostato.*

VINO *bianco secco, sapido e floreale.*
- **Collio Friulano**
- **Verdicchio dei Castelli di Jesi**
- **Monreale Catarratto**

LO STILE IN TAVOLA
Ciotolina di vetro Zafferano, piatto della sogliola GioveLab; forbici Victorinox, ciotola di vetro Bormioli Rocco.

Scuola di cucina

ZUPPA DI PESCE

Ogni città di mare ha la sua. Quella che vi presentiamo si ispira alla tradizione marchigiana dei “brodetti”. Ne esistono tante varianti: di Ancona, di Fano, di Porto Recanati... Tutti ugualmente buoni e interessanti, differenti per varietà di pesci e di molluschi, per la presenza o meno del pomodoro o della conserva, per la qualità delle spezie. Il nostro cuoco, che viene da Marotta, vicino a Fano, propone qui la sua versione che ha anche le cozze.

a **Rifilate la coda e i lati delle canocchie usando le forbici: questa operazione serve per eliminare tutte le parti che potrebbero pungere e va fatta in quelle ricette che prevedono di presentare le canocchie intere nel piatto.**
b **Stemperate il concentrato di pomodoro con l’aceto.**
c **Rosolate 2 spicchi di aglio e uno scalogno tritato e una foglia di alloro in 2-3 cucchiai di olio, poi unite il concentrato con l’aceto. Unite le teste e i gusci dei crostacei e dei pesci della ricetta, dopo una decina di minuti bagnate con 1,5 litri di brodo vegetale e cuocete ancora per 20′.**
d–e **Filtrate attraverso il colino cinese, premendo bene sui carapaci. Riportate il brodetto sul fuoco e completate unendo gli ingredienti che suggerisce la ricetta.**

A

B

C

D
E

2 Arrostini di mare con cime di rapa, pinoli e uvetta

IMPEGNO Medio
TEMPO 30 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 kg 1 trancio di rana pescatrice
350 g cime di rapa
50 g pinoli
20 g uvetta
aglio
vino bianco
olio extravergine di oliva
sale

MONDATE *le cime di rapa separando le foglie dai gambi e tagliuzzate le infiorescenze centrali, se presenti.*
PULITE *la rana pescatrice eliminando l'osso centrale. Separate i due filetti laterali.*
LESSATE *le cime in acqua bollente salata per 3', quindi scolatele e tenetele da parte.*
SCALDATE *in un'altra padella un filo di olio con 2 spicchi di aglio e arrostitevi la rana pescatrice, voltandola sui due lati, per 5'.*
SALATE, *sfumate con mezzo bicchiere di vino e unite anche pinoli e uvetta; lasciate evaporare per un minuto a fuoco vivace.*
AGGIUNGETE *le cime di rapa e cuocete tutto per altri 5'.*
SERVITE *gli arrostini di rana pescatrice ben caldi con le verdure.*
LA SIGNORA OLGA *dice che la rana pescatrice, nota anche come coda di rospo, ha una polpa soda e compatta che tende ad asciugarsi nelle lunghe cotture. Per questo l'abbiamo cotta brevemente, solo per una decina di minuti, sfumandola con il vino bianco. Se preferite cucinarla tagliata in piccole porzioni, toglietela dal fuoco un paio di minuti prima.*

VINO *bianco secco, sapido e floreale.*
- Friuli-Isonzo Sauvignon
- Colli Perugini Grechetto
- Erice Catarratto

RICETTA ALESSANDRO PROCOPIO

L'ALTERNATIVA

Per un sapore in cui la nota tostata prevale, rosolate il palombo in padella con una noce di burro spumeggiante sulla fiamma vivacissima per 1' per lato, quindi infornate a 180 °C per 6-7' per completare la cottura.

3 Palombo al mandarino e pistacchi

IMPEGNO Medio
TEMPO 40 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
900 g filetti di palombo
6 mandarini – farina di pistacchio (oppure pistacchi frullati molto finemente)
zucchero a velo – albume
Cognac – burro – sale

TOSTATE *la farina di pistacchio in padella senza grassi per 3-4′.*
MONDATE *2 mandarini e divideteli in spicchi eliminando tutti i filamenti bianchi. Raccoglieteli in una ciotola, spolverizzateli di zucchero a velo e caramellateli in padella in una noce di burro spumeggiante.*
SPREMETE *gli altri mandarini e fate ridurre il succo ottenuto sul fuoco con una noce di burro e 3 cucchiai di Cognac.*
SBATTETE *un albume con un pizzico di sale e poca acqua. Usate questo liquido per spennellare i filetti di palombo e poi impanateli con la farina di pistacchio tostata.*
ACCOMODATE *i filetti, distesi o arrotolati, su una placca foderata di carta da forno e infornateli a 180 °C per 8-12′.*
SFORNATE *i filetti di palombo e serviteli con gli spicchi di mandarino caramellati e con il succo ridotto. Decorate a piacere con ciuffi di rosmarino.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- **Colli Bolognesi Riesling Italico**
- **Sannio Coda di Volpe**
- **Mamertino di Milazzo Bianco**

4

4 Mazzancolle in sale speziato

IMPEGNO Facile
TEMPO 45 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 kg sale grosso
1 kg sale fino più un po′
230 g ceci lessati – **16-20** mazzancolle
scalogno – aglio – anice stellato – timo
latte – brodo vegetale
olio extravergine di oliva

TRITATE *finemente uno scalogno e uno spicchio di aglio.*
ROSOLATE *entrambi in una casseruola con 2 cucchiai di olio, 2 stelle di anice stellato e un rametto di timo, poi unite i ceci lessati, bagnate con 2 mestoli di brodo vegetale e cuocete dolcemente per 20′.*
ELIMINATE *gli aromi e frullate in crema con un mestolo di brodo, 3 cucchiai di latte e uno di olio. Aggiustate di sale, se serve.*
MESCOLATE *i 2 kg di sale in una grande ciotola, profumateli con 4-5 cucchiai di foglioline di timo e impastate con 200 g di acqua: dovrete ottenere un composto tipo sabbia bagnata.*
DISTRIBUITE *uno strato di sale su una placca foderata di carta da forno, formando un disco spesso circa un centimetro e di 20-25 cm di diametro. Infornatelo a 180 °C per 7-8′: servirà per la decorazione.*
DISTRIBUITE *il resto del sale su un'altra placca foderata di carta da forno e accomodatevi sopra le mazzancolle con l'addome rivolto verso il basso. Copritele anche parzialmente con poco sale e infornate a 180 °C per 7-8′.*
SFORNATE *il disco di sale e spezzatelo in modo irregolare.*
SFORNATE *le mazzancolle e accomodatele nei piatti decorando con i pezzi di sale e qualche rametto di timo. Servitele accompagnandole con la crema di ceci calda in ciotoline a parte.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- **Trentino Müller-Thurgau**
- **Offida Passerina**
- **Ischia Biancolella**

MARE E TERRA

L'abbinamento di pesce e carne fa parte della tradizione marchigiana. Cucinare *"in porchetta"* significa aromatizzare in modo deciso un piatto con il finocchietto, come si usa fare per il maiale intero arrostito.

5 Sogliola in porchetta

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 20′

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g filetti di sogliola
300 g patate
300 g polpa di zucca
80 g spinaci lessati e frullati
40 g lardo tritato
16 fettine di bacon
burro – pangrattato – vino bianco secco
aglio – finocchietto secco
peperoncino – rosmarino
lime – farina – grana grattugiato
brodo vegetale – timo
olio extravergine di oliva – sale – pepe

LESSATE *le patate con la buccia.*
FONDETE *20 g di burro con un rametto di rosmarino e lasciate insaporire per 2-3′.*
SCOLATE *le patate, sbucciatele e passatele con lo schiacciapatate. Tenetene da parte 1/3 e il resto conditelo con il burro fuso, sale e pepe. Formate 8 quenelle e passatele nel pangrattato. Accomodatele su una placca foderata di carta da forno.*
AMALGAMATE *le patate tenute da parte con gli spinaci frullati molto bene e con un cucchiaio di grana. Formate 4 quenelle e accomodatele sulla placca insieme alle altre; infornatele a 180 °C per 3-5′ al massimo.*
DISTENDETE *le fette di bacon tra due fogli di carta da forno, appoggiate sopra un peso in modo che non si arriccino durante la cottura. Infornate a 180 °C per 10′.*
ROSOLATE *in padella il lardo tritato con un ciuffo di finocchietto secco e uno spicchio di aglio con la buccia, dopo 1-2′ sfumate con 3 cucchiai di vino bianco, lasciate evaporare la parte alcolica, poi unite un mestolino di brodo vegetale; al bollore togliete dal fuoco, filtrate e completate con un ciuffo di finocchietto tritato.*
DIVIDETE *la zucca in tocchi e ponetela su una placca foderata di carta da forno con un filo di olio, poco peperoncino, la scorza grattugiata di mezzo lime, qualche rametto di timo, sale e pepe.*
INFORNATE *a 180 °C per 20′.*
SALATE *i filetti di sogliola, infarinateli e rosolateli in una padella rovente velata di burro per 1-2′ per lato.*
SERVITE *i filetti di sogliola intervallati con fettine di bacon croccante, completate con le quenelle e i tocchi di zucca. Condite con il sughetto al finocchietto.*

VINO *bianco secco, sapido e floreale.*
- **Riviera del Brenta Chardonnay**
- **Elba Ansonica**
- **Colli Altotiberini Grechetto**

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***3 dicembre***

6 Scorfano con topinambur e latte di mandorla

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1,6 kg scorfano
300 g topinambur
200 g latte più un po'
70 g mandorle – alloro – timo
olio extravergine di oliva – sale – pepe

EVISCERATE *lo scorfano, privatelo delle branchie e squamatelo. Infine lavatelo bene sotto l'acqua corrente. Abbiate l'accortezza di maneggiare lo scofano coprendolo con un canovaccio oppure indossando dei guanti per evitare di pungersi. In alternativa chiedete al vostro pescivendolo di pulirlo per voi.*
TRITATE *grossolanamente 70 g di mandorle e tostatele in padella per 3-4′: dovranno diventare di colore quasi bruno; poi unite 200 g di latte e proseguite a cuocere sulla fiamma al minimo per 10-12′.*
TOGLIETE *il latte di mandorla dal fuoco, unite due cucchiai di latte fresco, salate e frullate in crema.*
LAVATE *molto bene i topinambur, spazzolandoli con delicatezza, se necessario. Quindi disponeteli in una ciotola, sigillatela con la pellicola e infornateli nel forno a microonde per 1-3′ alla massima potenza. Sfornateli, eliminate la pellicola, sbucciateli e tagliateli in tocchi.*
INSAPORITE *lo scorfano riempiendo il ventre con alloro e timo. Salate, pepate e ungete lo scorfano, poi accomodatelo su una placca foderata di carta da forno, unite i tocchi di topinambur, irrorate con il latte di mandorla, coprite con un foglio di alluminio e infornate a 180 °C per 10′. Togliete il foglio di alluminio e completate la cottura in altri 15′.*
SERVITE *lo scorfano sfilettato con i tocchi di topinambur, il sughetto e rosmarino a piacere.*

VINO *bianco secco, sapido e floreale.*
- **Valdadige Pinot bianco**
- **Friuli-Latisana Verduzzo friulano**
- **Terre Tollesi Bianco Superiore**

Verdure

Contorno, piatto unico, stuzzichino. Ogni occasione trova una proposta originale nelle nostre ricette veg, all'ascolto delle **TENDENZE PIÙ ATTUALI**

RICETTE GIOVANNI ROTA
ABBINAMENTI VINI/RICETTE GIUSEPPE VACCARINI
TESTI AMBRA GIOVANOLI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

Scuola di cucina

UNA TORTA ROVESCIATA

Nella forma si ispira alla tarte tatin e, come nel famoso dolce di mele, si prepara accomodando la verdura, tagliata a pezzi regolari, sul fondo di una teglia rotonda, imburrata o cosparsa di miele e poi coprendola con uno strato sottile di pasta, brisée, sfoglia o frolla. La particolarità di questa torta sta nel doverla capovolgere dopo la cottura. Ecco come procedere.

a **Tagliate la sfoglia un paio di centimetri più grande rispetto alla teglia.**

b c **Arrotolatela sul matterello e srotolatela sulla teglia, lasciando debordare l'eccesso di pasta.**

d **Rimboccate il bordo all'interno e risvoltatelo in sotto.**

e f **A cottura ultimata appoggiate un piatto piano sulla teglia e ribaltatela con un gesto veloce e preciso, facendo accomodare la torta sul piatto.**

A

B

C

D E

1 Tatin dolce-salata ai finocchi

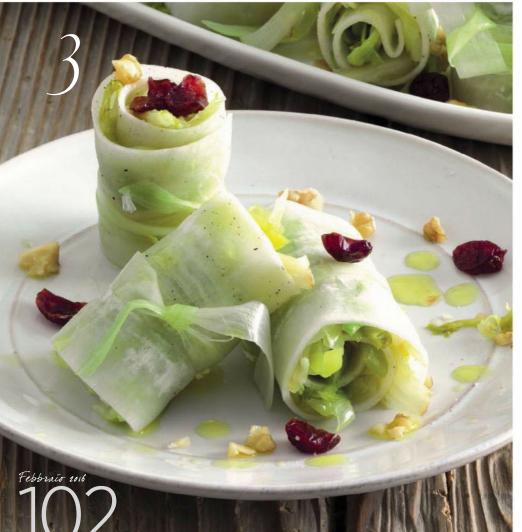
IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 30' più 1 ora di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
250 g farina 00
100 g burro – **50 g** miele di lavanda
3 finocchi – timo – grana grattugiato
olio extravergine di oliva – sale – pepe

IMPASTATE *la farina con il burro, 20 g di grana e le foglie di 3 rametti di timo; lavorate con la punta delle dita ottenendo un composto sbriciolato, poi impastatelo con 50 g di acqua fredda per qualche minuto, finché la pasta non sarà omogenea ed elastica; trasferitela in una ciotola, copritela con la pellicola e ponete in frigo per circa 1 ora.*
MONDATE *i finocchi, conservando la barbina, poi affettateli in rondelle spesse 1 cm e rosolatele in padella in un velo di olio a fuoco vivace, per 12', voltandole a metà cottura; salate e pepate alla fine.*
STENDETE *la pasta brisée spessa circa 3 millimetri.*
COSPARGETE *di miele e spolverizzate di grana il fondo di una teglia bassa rotonda (ø 25-26 cm), sistematevi le rondelle di finocchio rosolate, ben affiancate fra loro, in modo da lasciare meno spazi possibile (l'ideale è sistemarne una al centro e le altre a raggiera).*
BUCHERELLATE *con la forchetta la pasta brisée e sistematela sulla teglia, coprendo i finocchi.*
INFORNATE *a 180 °C per 35', poi sfornate e passate la teglia sul fornello per 6-7', in modo che i finocchi si caramellino e il liquido fuoriuscito si asciughi.*
CAPOVOLGETE *la teglia, cospargete la superficie della torta con altro grana, infine gratinate in forno sotto il grill, a 230 °C per 3-4'. Completate a piacere con un trito di barbina del finocchio.*
LA SIGNORA OLGA *dice che per rendere più facile e veloce la preparazione potete usare la pasta brisée già pronta.*

VINO *bianco giovane, secco e fragrante.*
- **Corti Benedettine del Padovano Pinot bianco**
- **Colli di Imola Trebbiano**
- **Galluccio Bianco**

LO STILE IN TAVOLA
Ciotola trasparente con l'insalata e bicchiere Zafferano.

F

2 Cuculli di patate

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 20′ più 1 ora di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 40 CUCULLI
500 g patate
30 g burro – **15 g** pinoli – **2** uova
grana grattugiato – maggiorana fresca
pangrattato – olio di arachide – sale

SBUCCIATE *e lessate le patate per 35-40′.*
SEPARATE *le uova; tenete da parte i tuorli, separati, e montate leggermente gli albumi.*
SCOLATE *le patate e frullatele con il burro.*
TRITATE *finemente i pinoli e le foglie di 3 rametti di maggiorana, mescolateli al composto di patate, quindi trasferitelo in una terrina e unitevi un pizzico di sale, i tuorli, uno alla volta, 2 cucchiai di grana e mescolate ottenendo un impasto morbido.*
FORMATE *delle palline grosse quanto una noce (cuculli), immergetele via via nell'albume, poi passatele nel pangrattato.*
FATELE *riposare in frigo per 1 ora.*
SCALDATE *abbondante olio di arachide in una padella dai bordi alti, friggetevi i cuculli per 2-3′, togliendoli non appena saranno gonfi e dorati e fateli asciugare su carta da cucina. Serviteli ben caldi.*
LA SIGNORA OLGA *dice che i cuculli, detti anche galletti, sono un contorno tipico ligure, preparati con la farina di ceci o con le patate. Il riposo dei cuculli in frigo, prima della frittura, crea uno "shock termico" fra l'impasto freddo e l'olio bollente, che ne aumenta la croccantezza. Tradizionalmente i cuculli si accompagnano con costolette d'agnello impanate.*

VINO *bianco frizzante, sapore secco e fresco.*
- **Cortese dell'Alto Monferrato frizzante**
- **Reno Bianco frizzante**
- **Alghero Bianco frizzante**

3 Rotolini di daikon e porri con noci e ribes

IMPEGNO Facile
TEMPO 45 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g daikon
12 ribes disidratati
4 noci sminuzzate
1 cespo di insalata riccia – **1** porro
olio extravergine di oliva – sale – pepe

AFFETTATE *per il lungo, molto sottilmente, il daikon, ottenendo 12 fette, stendetele e conditele con un filo di olio, sale e pepe.*
MONDATE *l'insalata riccia, poi tagliuzzatela.*
SPUNTATE *la base del porro, togliete le prime due guaine e tagliatele per il lungo a striscioline: scottatele in acqua bollente per 10 secondi, giusto per ammorbidirle.*
SMINUZZATE *il resto del porro, rosolatelo in padella con un filo di olio per 6-7', quindi unitevi l'insalata e stufate tutto per 4-5'; salate e pepate, poi distribuite le verdure sulle fette di daikon, arrotolatele e legatele con una strisciolina di porro scottata.*
SERVITE *gli involtini con le noci sminuzzate e i ribes disidratati.*
LA SIGNORA OLGA *dice che i ribes disidratati aggiungono colore e una nota acidula, ottima abbinata con gli altri sapori nel piatto: amarognola la riccia, piccante il daikon, oleosa la noce.*

VINO *bianco, leggermente aromatico.*
- Valle d'Aosta Blanc de Morgex
- Montello e Colli Asolani Bianchetta
- Capri Bianco

NOVITÀ
L'uso del carbone vegetale negli impasti è uno dei più recenti virtuosismi in panetteria. Oltre ai suoi noti benefici, dà a pani e brioche una nota aromatica fumé

4

4 Insalata con pane nero e alchechengi

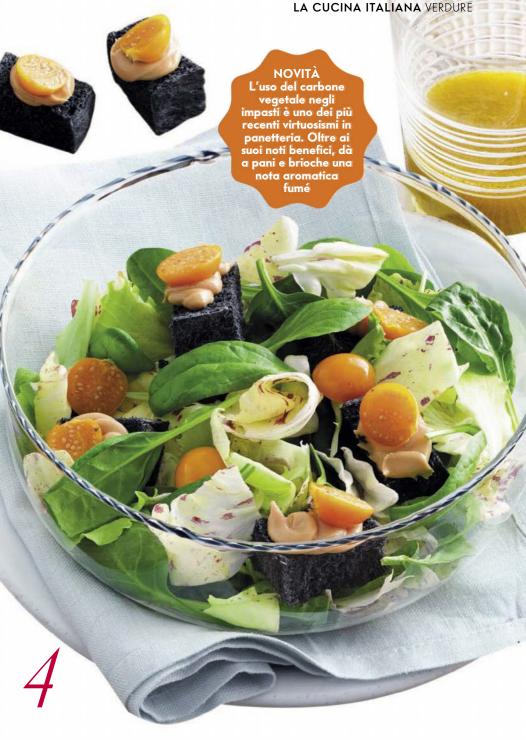
IMPEGNO Medio
TEMPO 50 minuti più 1 ora e 40' di lievitazione
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
300 g insalata mista
250 g farina manitoba
75 g farina 0
6 g lievito di birra
2 g carbone vegetale in polvere
16 alchechengi – burro di arachidi
olio extravergine di oliva – sale – pepe

SCIOGLIETE *il lievito in 175 g di acqua.*
SETACCIATE *le farine con il carbone vegetale, versatevi sopra l'acqua in cui avete disciolto il lievito e cominciate a impastare.*
UNITE *6 g di sale, un cucchiaio di olio e lavorate il composto per alcuni minuti finché non diverrà uniforme ed elastico.*
TRASFERITELO *in una ciotola oliata, copritelo con la pellicola e fatelo lievitare in un luogo tiepido per circa 1 ora.*
DIVIDETE *l'impasto in 2 parti, allungatele con i palmi delle mani, ottenendo 2 filoncini, e sistemateli su una teglia foderata di carta da forno; incideteli in superficie con dei taglietti obliqui, spennellateli di olio, quindi avvolgete la teglia nella pellicola e ponete a lievitare in un luogo tiepido per altri 30-40'.*
INFORNATE *a 180 °C per 15-17'.*
ELIMINATE *il ciuffo degli alchechengi, lavateli e frullatene 8 con una macinata di pepe, un pizzico di sale e 50 g di olio, ottenendo un'emulsione.*
SFORNATE *i filoncini, fateli raffreddare, poi ricavatene dei cubetti e spalmatevi sopra un cucchiaino di burro di arachidi.*
CONDITE *l'insalata con l'emulsione preparata, distribuitevi gli alchechengi rimasti, tagliati a metà, e completate con i cubetti di pane al burro di arachidi.*

LA SIGNORA OLGA *dice che il carbone vegetale in polvere si acquista facilmente in erboristeria, farmacia o nei supermercati. In alternativa, sostituitelo con quello in pastiglie e frullatele.*

OLIO *mediamente fruttato, morbido, con aromi di carciofo.*
- Vulture Dop
- Olio lucano da olive Majatica

VINO *bianco, leggermente aromatico.*
- Coste della Sesia Bianco
- Garda Colli Mantovani Tocai Italico
- Circeo Bianco

5 Indivia belga e radicchio in "dolceforte"

IMPEGNO Facile
TEMPO 45 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **350 g** radicchio rosso tardivo
- **250 g** 1 cespo di indivia belga
- **150 g** aceto di mele
- **150 g** vino bianco secco
- **150 g** zucchero
- **2** cipollotti
- **2** fogli di pane carasau
- pepe in grani
- chiodi di garofano – timo
- olio extravergine di oliva – sale

UNITE *in una casseruola l'aceto con 150 g di acqua, il vino bianco, lo zucchero, una decina di grani di pepe e un chiodo di garofano; fate sobbollire per circa 35', ottenendo una salsa dalla consistenza simile al miele, una sorta di salsa "dolceforte" alleggerita.*
MONDATE *l'indivia, il radicchio e i cipollotti, tagliateli per il lungo, in spicchi o striscioline, poi rosolateli in padella con un filo di olio e un pizzico di sale per circa 6-7'.*
CONDITE *il pane carasau con un filo di olio, rametti di timo e un pizzico di sale a piacere; infornatelo a 180 °C per 5-6'.*
SERVITE *le verdure con il pane carasau caldo, spezzettato, irrorate con la salsa "dolceforte" tiepida e completate con rametti di timo.*
LA SIGNORA OLGA *dice che il pane carasau, chiamato anche "carta da musica", è un prodotto tipico sardo sottile e croccante, che ha incontrato grande successo. Le sfoglie di pane vengono cotte e poi tostate nuovamente in forno per renderle più fragranti, ed è proprio dal verbo "carasare", che significa tostare, che prende origine il nome.*

VINO *bianco giovane, fragrante, amabile o abboccato.*
- Colli Piacentini Ortrugo abboccato
- Zagarolo amabile
- Arborea Trebbiano amabile

SAPORE ANTICO

La salsa dolceforte nasce in Toscana, probabilmente in epoca rinascimentale, come condimento agrodolce per la carne di *lepre e cinghiale*. La ricetta classica prevede anche pinoli, uvetta, canditi, cioccolato oppure cacao.

6

SNACK ALLA MODA
Queste leggerissime chips vegetali arrivano con il cocktail nei bar più raffinati. Ma riescono benissimo anche in casa

6 Sfoglie di verdure e maionese viola

IMPEGNO Medio
TEMPO 2 ore
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE
250 g patate dolci
250 g zucca
200 g cavolo viola
100 g rapa rossa – **100 g** rapa bianca
2 carote viola – **1** albume
zucchero – aceto
olio di arachide – sale

SBUCCIATE *le patate, la zucca, le carote, le rape e affettatele molto finemente, non più spesse di un paio di millimetri; sistematele su un vassoio, ben stese, e cospargetele con un abbondante pizzico di sale e uno di zucchero. Lasciatele marinare così per 20′, mescolandole un paio di volte.*
MONDATE *il cavolo, frullatelo e filtratelo, oppure estraetene il succo con una centrifuga.*
MONTATE *l'albume con il frullatore a immersione, unendovi 60 g di succo di cavolo rosso, un cucchiaino di aceto, 200 g di olio di arachide, a filo, un pizzico di sale e lavorate fino a ottenere la consistenza della maionese.*
ASCIUGATE *le verdure con la carta da cucina, distribuitele su due o più teglie da forno e infornatele, con funzione ventilata, a 120 °C per 1 ora e 20′. Sfornate le sfoglie di verdure e servitele con la maionese viola.*
LA SIGNORA OLGA *consiglia di marinare a parte le carote viola e la rapa rossa, che altrimenti "tingerebbero" le altre verdure. Per uno snack ancora più sfizioso, passate le sfoglie di verdure nell'amido di mais e poi friggetele in abbondante olio di arachide ben caldo per 2′.*

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il **4 dicembre**

RICETTE DAVIDE NOVATI
ABBINAMENTI VINI/RICETTE GIUSEPPE VACCARINI
TESTI CRISTINA FABBRI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

1

UNA VOLTA
Quando si cucinava senza orologio, il tempo di cottura dell'uovo alla coque si calcolava recitando tre Ave Maria

Carni e uova

Coniglio e faraona, ma anche trippa e duroni: sapori antichi e **"POPOLARI"**, da recuperare per variare i menu. E poi maiale e manzo alla griglia con un "ketchup" a sorpresa

1 Uova alla coque con verza e duroni

IMPEGNO Medio
TEMPO 50 minuti più 30′ di marinatura
Senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
300 g duroni di pollo
250 g verza
6 uova – prezzemolo – limone – brodo
Porto – sale grosso e fino
pepe nero – olio di arachide

PULITE *i duroni come indicato nella Scuola di cucina qui accanto, lavateli e asciugateli con carta da cucina, quindi trasferiteli in una ciotola e unite qualche foglia di prezzemolo, una presa di sale grosso, il succo di un limone e una spruzzata di Porto. Lasciateli marinare per 30′.*
MONDATE *nel frattempo la verza eliminando le coste più dure, lavatela e affettatela a listerelle.*
SCOLATE *i duroni, rosolateli in padella in un velo di olio per 5′, finché non saranno dorati, poi bagnateli con un po' di brodo e brasateli dolcemente per circa 20′, unendo brodo all'occorrenza; aggiungete quindi la verza, salate, pepate, coperchiate e cuocete a fiamma bassa per altri 10′.*
PREPARATE *le uova alla coque immergendole in acqua fredda e calcolando 3′ di cottura dal bollore. Trasferitele nel portauovo, asportate delicatamente la calotta del guscio e servitele subito con la verza e i duroni oppure distribuite le uova sul contorno.*
LA SIGNORA OLGA *dice che, per dare ai duroni una consistenza più fondente e un aroma più intenso, si può optare in alternativa per l'oliocottura: versate 250 g di olio di arachide in una casseruola, scaldatelo a 80 °C, immergetevi i duroni scolati dalla marinata e cuoceteli per 1 ora mantenendo costante la temperatura dell'olio controllandola con un termometro a sonda. L'oliocottura può essere fatta il giorno prima, lasciando i duroni immersi nell'olio che, creando un effetto barriera, ne preserva i sapori.*

VINO *bianco secco, sapido e floreale.*
- **Valcalepio Bianco**
- **Montescudaio Sauvignon**
- **Castel del Monte Pinot bianco**

LO STILE IN TAVOLA
Tegame e minicasseruola di rame della faraona Alessi.

Scuola di cucina

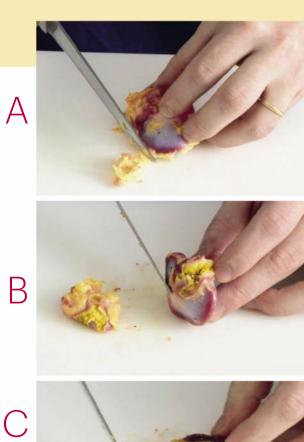
PULIRE I DURONI

Si chiamano anche durelli o ventrigli e appartengono, con cuore e fegato, alla famiglia delle rigaglie di pollo e di altri volatili domestici. I duroni corrispondono allo stomaco e il nome sembra far riferimento al tenace muscolo che li costituisce, in grado di triturare mangimi anche molto consistenti.

a*–*b **Usando un coltellino, togliete tutte le parti grasse che ricoprono i duroni, mettendoli a nudo.**
c **Tagliateli poi in due e puliteli all'interno, eliminando con cura grasso e altri residui; lavorate sotto un getto di acqua per pulirli bene.**
d*–*e **Eliminate le pellicine più aderenti staccandole con le dita oppure con un coltello, passando la lama di piatto tra la polpa e la pellicina.**

A
B
C

D

E

2 Crostone con lampredotto e sedano rapa

IMPEGNO Facile
TEMPO 2 ore

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
750 g trippa riccia o lampredotto
350 g sedano rapa mondato
4 fette di pane casareccio
aceto di vino bianco
senape di Digione
senape rustica – timo – burro – pepe
olio extravergine – sale grosso e fino

PORTATE *a bollore 2 litri di acqua con una presa di sale grosso e 200 g di aceto quindi immergetevi il lampredotto tagliato sottile e cuocete per 1 ora e 30′.*
AFFETTATE *il sedano rapa con la mandolina ottenendo delle "tagliatelle". Saltatele in padella con poco olio, salate, coperchiate e cuocete per 10′. Spegnete e insaporite con 4 cucchiai di senape di Digione, 4 cucchiai di senape rustica e abbondante pepe.*
SCOLATE *il lampredotto e passatelo in padella con un filo di olio; togliete il lampredotto e, nella stessa padella, aggiungete una noce di burro, fatelo imbiondire e dorate le fette di pane.*
DISPONETE *sul pane uno strato di sedano rapa e, sopra, distribuite il lampredotto; guarnite con rametti di timo e servite.*

VINO *rosso secco e leggero di corpo.*
- **Bardolino Classico**
- **Morellino di Scansano**
- **Copertino**

3 Spiedini di manzo con ketchup di barbabietola

IMPEGNO Facile
TEMPO 40 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g controfiletto di manzo
250 g barbabietola precotta mondata
100 g cipolla
50 g aceto di vino bianco
20 g miele di acacia
20 g aceto balsamico
20 g zucchero
chiodi di garofano
paprica piccante – senape in polvere
zenzero in polvere
noce moscata – sale – pepe

STEMPERATE *in una ciotola il miele con l'aceto balsamico, unite un pizzico di sale, pepate e fatevi marinare per 10′ la carne affettata a carpaccio.*
TRITATE *la cipolla e cuocetela per 10′ con 200 g di acqua, l'aceto di vino bianco, lo zucchero, 2 chiodi di garofano e un pizzico di sale. Frullate il tutto con la barbabietola tritata, un cucchiaino di senape in polvere, uno di paprica, uno di zenzero e una grattata di noce moscata (ketchup di barbabietola).*
INFILZATE *le fette di carne scolate dalla marinata su spiedini di legno e cuoceteli sulla griglia calda. Serviteli subito con il ketchup di barbabietola.*
LA SIGNORA OLGA *dice che il ketchup avanzato si conserva in frigo in un barattolo ermetico: sarà ottimo con bolliti e hamburger.*

VINO *rosso secco, di moderato invecchiamento.*
- Roero Rosso
- Pomino Rosso
- Costa d'Amalfi Rosso

4 Bianchetto di faraona con salsa al cacao

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 45 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 kg 1 faraona tagliata in 8 pezzi
250 g cavolini di Bruxelles
100 g panna fresca
100 g latte
1 carota – **1** cipolla
1 costa di sedano – alloro
cacao amaro – amido di mais
zucchero – burro
olio extravergine di oliva
sale grosso e fino – pepe nero in grani

DISOSSATE *i pezzi di faraona lasciando solo gli ossi dei fusi e delle ali. Con le parti eliminate preparate un brodo aggiungendo 800 g di acqua, carota, sedano, cipolla, una foglia di alloro, qualche grano di pepe e una presa di sale grosso; cuocetelo per 45′.*
ROSOLATE *in poco olio i pezzi di faraona disponendoli nella padella dal lato della pelle, bagnate con il brodo, coperchiate e cuocete per 45′ aggiungendo eventualmente altro brodo; 5′ prima di spegnere unite i cavolini di Bruxelles tagliati a metà.*
PORTATE *a bollore 150 g di acqua, legatela con un cucchiaino di amido di mais, aggiungete 5 g di cacao, un pizzico di sale, uno di zucchero e una noce di burro; mescolate, poi frullate con il mixer a immersione.*
TOGLIETE *dalla padella la faraona e i cavolini, aggiungete la panna e il latte al fondo di cottura e fatela ridurre sul fuoco mescolando in modo da sciogliere i residui della cottura precedente. Rimettete nella padella la carne e la verdura, spegnete, unite la salsa di cacao a gocce e servite subito.*

VINO *rosso secco, di moderato invecchiamento.*
- Rubino di Cantavenna
- Piave Carmenere
- Sant'Antimo Pinot nero

4

5 Porchetta di coniglio con salsa al rafano

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora e 30'

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

850 g 1 coniglio disossato
300 g latte
250 g brodo vegetale
100 g cipolla
100 g lonzino di maiale affettato
40 g erbe aromatiche tritate (prezzemolo, maggiorana, origano, dragoncello)
5 fette di pancarré
rafano
olio extravergine di oliva
sale – pepe

DIVIDETE *il coniglio per il lungo in due parti, disponetele affiancate su una striscia di pellicola e appiattitele con il batticarne ottenendo 2 rettangoli; spolverateli di sale e pepe, quindi distribuitevi metà del trito aromatico e, su questo, le fette di lonzino. Sovrapponete i due rettangoli tenendo la farcia all'interno e arrotolateli con l'aiuto della pellicola.*
BAGNATE *e strizzate una striscia di carta da forno, allargatela sul piano di lavoro, oliatela bene, quindi trasferitevi il rotolo di coniglio, avvolgetelo nella carta facendolo rotolare più volte sul piano di lavoro e compattatelo stringendo le estremità come una caramella. Infornatelo a 200 °C per 45', girandolo una volta a metà cottura.*
STUFATE *in una casseruola la cipolla affettata in un filo di olio, versate il brodo e fatelo ridurre a fuoco vivo. Unite il latte, 20 g di rafano grattugiato, le fette di pancarré private della crosta e un pizzico di sale. Fate prendere solo il bollore, poi spegnete e frullate il tutto ottenendo la salsa al rafano (potete sostituirla con una salsa al rafano già pronta).*
MESCOLATE *il trito aromatico rimasto con olio, sale e pepe (salsa verde).*
SFORNATE *la porchetta di coniglio, rimuovete la carta e lasciatela intiepidire, poi affettatela, insaporitela con rafano grattugiato e servite con la salsa al rafano e la salsa verde. Completate a piacere con qualche fetta di lonzino.*

VINO *rosso secco, di moderato invecchiamento.*
- **Valpolicella**
- **Sangiovese di Romagna**
- **Rosso Barletta**

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***10 dicembre***

6 Braciole di maiale con la panuntella

IMPEGNO Facile
TEMPO 15 minuti

dal LAZIO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 braciole di maiale
pane casareccio
insalata mista a piacere
olio extravergine di oliva – sale – pepe

TAGLIATE *il pane in 4 fette in modo che siano poco più larghe e più spesse delle braciole.*
UNGETE *le braciole con un filo di olio, salatele e pepatele.*
METTETELE *in una griglia calda e, non appena cominciano a rilasciare un po' del loro grasso, copritele con le fette di pane, in modo che lo assorbano.*
CUOCETE *le braciole, sempre tamponandole con il pane e girandole sui due lati per 10'.*
APPOGGIATE *nei piatti, sopra foglie di insalata, le fette di pane ormai ben unte (deriva da qui il nome "panuntelle"); pepatele, ponetevi sopra le braciole e servite.*

VINO *rosso secco, di moderato invecchiamento.*
- **Valle d'Aosta Donnas**
- **Colli Etruschi Viterbesi Violone**
- **Salaparuta Nero d'Avola**

BIRRA *chiara con note dolci iniziali e un finale luppolato. Corposa, con una importante gradazione alcolica.*
- **Doppio Malto**

APPAGANTE
Piatto di costo contenuto e grande valore nutrizionale. Nel Lazio il maiale tuttora è spesso allevato in proprio e destinato all'uso familiare

6

In doppia cottura

UN PIATTO CENTRALE DI GRANDE **ELEGANZA** CHE COMBINA LA TRADIZIONE FRANCESE DEL PETTO "AL ROSA" E QUELLA ITALIANA DEL BEN COTTO

RICETTA TOMMASO ARRIGONI
ABBINAMENTO VINO/RICETTA GIUSEPPE VACCARINI
TESTI CRISTINA FABBRI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

COME SI FA

Piccione con purè di sedano rapa e castagne alle spezie

IMPEGNO Per esperti
TEMPO 3 ore
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

2 kg 4 piccioni
900 g 1 sedano rapa
500 g brodo vegetale – **250 g** patate
100 g castagne precotte
30 g concentrato di pomodoro
2 gambi di sedano – **1** carota – **1** cipolla
1 stecca di cannella – aglio – alloro – timo
chiodi di garofano – bacche di ginepro – burro
vino rosso – olio extravergine di oliva – sale – pepe

1-2 PREPARATE *i piccioni: eliminate le estremità delle zampe, le ali e le interiora; staccate il bacino e disossate il petto. Rifilate i pezzi in modo da ottenere per ogni volatile solo le cosce con le sovracosce e i petti.*
3 INFORNATE *tutte le parti di scarto a 200 °C per 20′ per sgrassarle.*
4 VERSATE *in una pentola un bicchiere di vino rosso, unite sedano, carota e cipolla tritati e una foglia di alloro; fate ridurre un po' sul fuoco, poi unite il concentrato di pomodoro e le parti di scarto sfornate, coprite con un litro di acqua e cuocete per 2 ore.*
5 SALATE *a fine cottura, quindi filtrate questo fondo bruno e fatelo ridurre sul fuoco per 10′.*
6 SCALDATE *a 95 °C 250 g di olio, immergetevi le cosce e cuocetele per 1 ora, controllando con il termometro a sonda che la temperatura non superi 100 °C.*
7 SBUCCIATE *e riducete a tocchi il sedano rapa e le patate; rosolatele in poco olio con uno spicchio di aglio, poi eliminate l'aglio, coprite con il brodo vegetale caldo e cuocete per 30′. Spegnete, aggiustate di sale, pepate e frullate con il mixer a immersione ottenendo un purè.*
8 SCIOGLIETE *in una padella una noce di burro con 2 chiodi di garofano, qualche bacca di ginepro e un pezzetto di cannella. Unite le castagne e cuocete a fiamma bassa per 10′; salate e pepate a fine cottura.*
9-10 SOFFRIGGETE *uno spicchio di aglio e un rametto di timo in una noce di burro. Mettete i petti di piccione con la pelle rivolta verso il basso, salate, pepate e cuocete a fiamma bassissima per 5′, poi unite un'altra noce di burro e cuocete per altri 10′ bagnando con il sughetto. Servite i piccioni con il purè, le castagne e il fondo bruno.*

Il vino giusto

Un rosso secco, fruttato, di moderato invecchiamento
Valdarno di Sopra Sangiovese "Vigna dell'Impero" 2012 Tenuta Setteponti
Da una vigna piantata nel 1935 per celebrare la nascita dell'Impero Coloniale in terreni giudicati fin dal Settecento culla di vini eccellenti, un rosso di grande prestigio. Consistente, molto fruttato e fresco, si serve sui 16-18 °C. *80 euro.*

LO STILE IN TAVOLA
Piatto Giovelab, tovagliolo Society by Limonta; casseruola colorata Moneta Pantone Universe, frullatore a immersione Braun.

*Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina l'**11 dicembre***

Dolci

Una festa di Carnevale, un tè delle cinque, una colazione speciale, una cena in due. Per ogni occasione una ricetta preparata con un **PIZZICO DI AMORE**

RICETTE MARCELLO MARTINANGELI
ABBINAMENTI VINI/RICETTE GIUSEPPE VACCARINI
TESTI ANGELA ODONE
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

LA COPERTINA
SERATA ROMANTICA

I cuori di mousse sono perfetti per concludere una cena a due. La dolcezza discreta è bilanciata dalla leggera nota acidula del lampone. E alla fine il biscotto aggiunge un tocco croccante.

1

LO STILE IN TAVOLA
Ciotola della macedonia Zafferano; piatto e ciotole di vetro Bormioli Rocco.

1 Cuori di mousse ai lamponi

IMPEGNO Medio
TEMPO 1 ora più 3 ore di raffreddamento

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **380 g** lamponi più un po'
- **200 g** panna fresca
- **130 g** zucchero
- **100 g** pasta frolla
- **15 g** gelatina alimentare

STENDETE *la pasta frolla e ritagliatevi 4 cuori con uno stampo (larghezza 7-8 cm, lunghezza 8-9 cm), disponeteli su una placca foderata di carta da forno e infornateli a 180 °C per 10-12', cioè fino a quando i bordi non sono dorati.*
METTETE *in ammollo 10 g di gelatina.*
CUOCETE *in una casseruola 250 g di lamponi con 100 g di zucchero e un cucchiaio di acqua per 5'. Spegnete e setacciate la salsa, poi unite la gelatina strizzata mescolando rapidamente mentre la salsa di lamponi è ancora calda. Lasciate intiepidire.*
MONTATE *la panna e unitela alla salsa di lamponi mescolando dal basso verso l'alto per non smontare il composto.*
DISPONETE *i 4 biscotti in 4 stampi a forma di cuore senza fondo (larghezza 7-8 cm, altezza 5 cm). Riempite con la mousse al lampone fino a 5 mm sotto il bordo e mettete in frigo per 1 ora.*
PREPARATE *una gelatina per la copertura cuocendo 130 g di lamponi con 30 g di zucchero in una casseruola; schiacciateli bene con il cucchiaio, dopo 2-3' spegnete e passate al setaccio.*
METTETE *in ammollo il resto della gelatina, strizzatela e unitela alla salsa ancora calda, mescolando perché si sciolga. Lasciate raffreddare brevemente, poi colatela sulla superficie dei cuori già freddi (almeno 1 ora di frigo) e fate addensare in frigorifero per altre 2 ore.*
SFORMATE *i cuori con delicatezza, spingendoli dalla base verso l'alto per farli uscire dagli stampi. Serviteli a piacere con lamponi tagliati a metà.*

VINO *aromatico dolce dal profumo di fiori ed erbe.*
- **Brachetto d'Acqui**
- **Collina Torinese Malvasia**

Scuola di cucina

LA GELATINA ALIMENTARE

Pochi grammi di questa sostanza trasformano un composto liquido in una massa solida. Ma di cosa è fatta e come funziona? Tutti la conosciamo con il nome "colla di pesce" perché anticamente si realizzava con le vesciche natatorie dei pesci, principalmente degli storioni. Oggi si ottiene dalla cotenna di maiale oppure dalle ossa di maiali e bovini: la gelatina alimentare, venduta in fogli o in polvere, è fatta di collagene, cioè della proteina presente in ossa, cartilagini, tendini. La sua caratteristica peculiare è che si scioglie con il calore e si riaddensa, inglobando liquidi e aromi, quando si raffredda. Inoltre è inodore e insapore, quindi adatta a preparazioni sia dolci sia salate. Il processo è reversibile: scaldando la massa gelatinosa a 35-40 °C questa si scioglie nuovamente.

a **Immergete i fogli di gelatina in acqua fredda: questa operazione permette all'acqua di penetrare nel foglio gonfiandolo e ammorbidendolo. L'ideale sarebbe usare acqua fredda di frigo perché se l'acqua dovesse essere anche di poco al di sopra della temperatura corporea (tra i 35 e i 40 °C) la gelatina potrebbe sciogliersi e perdere così il potere gelificante o diventare inutilizzabile.**

b **Strizzate i fogli solo per eliminare l'eccesso di acqua.**

c **Scaldate il liquido che desiderate gelificare senza raggiungere il bollore: le temperature elevate danneggiano il collagene annullandone le proprietà. Unite la gelatina strizzata e mescolate bene in modo che si sciolga perfettamente grazie al calore del liquido.**

d **Incorporate la panna montata al liquido con la gelatina solo quando è tiepido: non deve superare i 30 °C per non rovinare la panna. Infine fate raffreddare in modo graduale: il collagene si ricomporrà "catturando" il liquido e trasformandolo in una massa solida.**

A

B

C

D

2 Biscotti al burro e cioccolato al latte

IMPEGNO Facile
TEMPO 45′ più 1 ora e 30′ di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER CIRCA 30 PEZZI
400 g farina
300 g burro morbido
200 g zucchero di canna
200 g cioccolato al latte a pezzetti
65 g zucchero semolato
4 g sale
4 g bicarbonato
mezzo baccello di vaniglia

IMPASTATE *la farina, lo zucchero di canna, quello semolato, il sale, il bicarbonato, il cioccolato, i semi raschiati da mezzo baccello di vaniglia e il burro.*
FORMATE *due salsicciotti di 5 cm di diametro, avvolgete ciascuno in due fogli di carta da forno e lasciateli riposare in frigo per almeno 1 ora: alla fine anche il cuore dovrà essere freddo.*
ELIMINATE *la carta e tagliate i salsicciotti in rondelle spesse poco meno di 1 cm.*
ACCOMODATE *i biscotti su una placca foderata di carta da forno e infornateli a 160 °C per 20′ circa.*
SFORNATE *i biscotti e lasciateli raffreddare del tutto prima di servirli.*

VINO *passito con aromi di frutta matura.*
• **Trentino Vino Santo**
• **Colli Perugini Vin Santo**

3 Macedonia al Grand Marnier

IMPEGNO Facile
TEMPO 20 minuti più 30′ di marinatura
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
40 g pistacchi pelati
2 arance
1 cachi vaniglia
1 kiwi
1 fico d'India
1/2 mango
miele di fiori d'arancio
Grand Marnier

PELATE *a vivo gli spicchi di un'arancia, mondate il fico d'India e tagliate la polpa senza semi in filetti sottili, mondate il mango e tagliatelo a dadini, sbucciate il kiwi*

GUSTO ASBURGICO

Una ricetta che si ispira alla tradizione d'Oltralpe del *Kipferl*, che significa cornetto dolce. Le versioni di queste mezzelune di patate sono molte: **aromatizzate** con cannella, farcite con marmellata ma anche salate, servite come primo piatto, tipo gnocchi, o con il sugo per accompagnare l'arrosto.

e affettatelo in rondelle, infine tagliate il cachi a spicchi.
RACCOGLIETE *tutta la frutta in una ciotola.*
SPREMETE *l'altra arancia e raccogliete circa 50 g di succo in una piccola casseruola con un cucchiaio di miele. Al bollore togliete dal fuoco e unite 2-3 cucchiai di Grand Marnier.*
LASCIATE *intiepidire il succo, poi versatelo sulla frutta tagliata, mescolate delicatamente e lasciate marinare per 30'.*
DISTRIBUITE *la frutta in 4 ciotole e completatele con i pistacchi tritati grossolanamente.*
LA SIGNORA OLGA *dice che l'abbinamento con il vino in questa ricetta è sconsigliato a causa dell'acidità del kiwi e dell'arancia.*

4 Chifeletti di patate

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora e 20'
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g patate
100 g farina
40 g burro
1 uovo
zucchero semolato
olio di arachide – sale

LESSATE *le patate per 35-40' a seconda della dimensione.*
SCOLATELE, *sbucciatele e passatele con lo schiacciapatate.*
AMALGAMATE *le patate con 40 g di burro fuso, 60 g di zucchero, un pizzico di sale, l'uovo e la farina fino a ottenere un composto omogeneo, morbido e malleabile.*
DIVIDETE *il composto in piccole porzioni, fatene dei cordoncini spessi un dito, tagliateli a una lunghezza di circa 6-8 cm, piegateli a mezzaluna e friggeteli in abbondante olio di arachide fino a completa doratura.*
SCOLATE *molto bene i chifeletti e rotolateli subito nello zucchero semolato in modo che rimanga attaccato.*
SERVITELI *ancora caldi.*

VINO *dolce dal profumo di fiori ed erbe.*
• **Moscato d'Asti**
• **Colli Euganei Fior d'Arancio**

5 Éclair al cioccolato e nocciole

IMPEGNO Per esperti
TEMPO 1 ora e 30' più 1 ora di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER CIRCA 30 PEZZI
- **580 g** latte
- **160 g** farina
- **130 g** zucchero più un po'
- **100 g** tuorli
- **100 g** nocciole pelate
- **100 g** cioccolato al latte
- **80 g** burro più un po'
- **50 g** panna fresca
- **35 g** amido di mais
- **3** uova
- baccello di vaniglia – sale

PORTATE *a ebollizione 80 g di latte con 80 g di acqua e 80 g di burro, poi unite la farina tutta in una volta, un pizzico di sale e uno di zucchero e mescolate sul fuoco fino a quando non si sarà formato un impasto liscio che si stacca dalle pareti della pentola. Allargatelo su un vassoio e fatelo raffreddare.*

INCORPORATE *all'impasto freddo le 3 uova, mescolando con il cucchiaio (se con la planetaria, usate la frusta a foglia). Unite un uovo alla volta, aggiungendo il successivo solo quando il precedente sarà perfettamente incorporato. Raccogliete il composto in una tasca da pasticciere con bocchetta liscia.*

UNGETE *due placche con un po' di burro fuso ed eliminatene l'eccesso strofinando con un foglio di carta da cucina. Distribuite la pasta formando dei filoncini lunghi circa 10 cm e larghi poco meno di 2 cm.*

INFORNATE *nel forno ventilato a 180 °C per poco più di 20'. Controllate la cottura degli éclair senza aprire il forno nei primi 15' per evitare che si sgonfino.*

SCALDATE *500 g di latte con mezzo baccello di vaniglia. A parte mescolate i tuorli con 100 g di zucchero e l'amido di mais. Filtrate sopra i tuorli il latte caldo e mescolate bene in modo che non si formino grumi. Riportate tutto sul fuoco e cuocete fino a quando la crema non sarà densa. Spegnete e fate intiepidire.*

RACCOGLIETE *in una piccola casseruola 30 g di zucchero e un cucchiaio di acqua, fate sciogliere lo zucchero; quando l'acqua sarà evaporata, unite le nocciole e mescolate: su ciascuna si formerà una crosticina bianca (sabbiatura). Proseguite ancora: lo zucchero si scioglierà formando una pellicola lucida intorno alle nocciole (ci vorranno almeno 3-4'). Togliete dal fuoco, allargate immediatamente le nocciole su un foglio di carta da forno e fatele raffreddare del tutto.*

FRULLATE *le nocciole pralinate grossolanamente. Tenetene da parte 2 cucchiai, poi frullate il resto fino a ottenere una farina. In alternativa potete frullare 130 g di croccante di nocciole già pronto.*

MESCOLATE *la crema con la farina di nocciole pralinate, raccoglietela in una tasca da pasticciere con bocchetta liscia (ø 0,5 cm) e farcite gli éclair forando il fondo in tre punti, come se farciste tre bignè.*

5

6

Oppure divideteli a metà riempiendoli a mo' di sandwich.
SPEZZETTATE *100 g di cioccolato al latte e raccoglietelo in una ciotola.*
SCALDATE *50 g di panna fino al bollore poi versatela sul cioccolato e mescolate fino a ottenere una ganache liscia e lucida.*
GLASSATE *gli éclair con la ganache al cioccolato, completateli con la granella di nocciole pralinate tenuta da parte. Lasciate che il cioccolato si rapprenda leggermente prima di servirli.*

VINO *aromatico dolce dal profumo di frutta esotica.*
- Ramandolo
- Greco di Bianco

6 Torta di ricotta con i mirtilli

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora e 30' più 1 ora di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE
250 g ricotta vaccina
220 g farina
170 g zucchero
100 g burro – **60 g** panna fresca
3 uova – limone – mirtilli – sale

INIZIATE *a impastare il burro morbido con 100 g di zucchero, un pizzico di sale e poca scorza di limone grattugiata, poi unite 200 g di farina e per ultimo incorporate un uovo. Formate un panetto, stendetelo parzialmente tra due fogli di carta da forno e lasciatelo raffreddare in frigo per almeno 30'.*
AMALGAMATE *con il cucchiaio la ricotta con 70 g di zucchero e 20 g di farina, poi unite 2 uova, la panna e il succo di un limone.*
STENDETE *la pasta a 5-8 mm di spessore e ritagliatevi un disco per foderare uno stampo a cerniera (ø 18 cm) formando anche un bordo alto almeno 4 cm.*
VERSATE *il composto di ricotta nel guscio di frolla, completate con qualche mirtillo distribuito in modo casuale sulla superficie e infornate a 150-160 °C per circa 1 ora.*
SFORNATE, *lasciate intiepidire, sformate, fate raffreddare e poi servite a fette.*

VINO *dolce dal profumo di frutta esotica.*
- Moscadello di Montalcino
- Frascati Cannellino

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***16 dicembre***

Un tripudio di golosità

ARANCIA E CIOCCOLATO, UN ABBINAMENTO **INTRAMONTABILE**. MA ECCO IL TOCCO IN PIÙ: FETTE DI ARANCIA CANDITA E DISIDRATATA PER UN EFFETTO "ALTA PASTICCERIA"

RICETTA DAVIDE NEGRI **ABBINAMENTO VINO/RICETTA** GIUSEPPE VACCARINI
TESTI ANGELA ODONE **FOTOGRAFIE** RICCARDO LETTIERI **STYLING** BEATRICE PRADA

Crostata con ganache, arance e fior di panna

IMPEGNO Per esperti
TEMPO 2 ore e 10′
Vegetariana

INGREDIENTI PER 12 PERSONE
480 g zucchero
200 g farina
150 g cioccolato fondente
150 g panna fresca
120 g burro
6 arance – **2** tuorli
gelato fior di panna
baccello di vaniglia – olio di arachide
sale – pepe lungo

1 AFFETTATE *molto sottilmente un'arancia. Preparate uno sciroppo: fate bollire 200 g di zucchero e 200 g di acqua per 5′, poi togliete dal fuoco. Fate raffreddare, immergetevi le fette di arancia, sgocciolatele e mettetele su una placca foderata di carta da forno leggermente unta di olio di arachide e infornatele a 80 °C per 2 ore circa.*
2-3 TAGLIATE *4 arance a spicchi e poi pelateli a vivo. Sbollentate per 1-2′ le scorze di arancia in acqua bollente per tre volte cambiando l'acqua ogni volta.*
4 RACCOGLIETE *le scorze sbollentate e la polpa tenuta da parte (in totale circa 400 g) in una casseruola con 200 g di zucchero. Portate sul fuoco e cuocete per 50′ circa. Tenete 2 scorze da parte, serviranno per completare. Frullate la marmellata.*
5-6 IMPASTATE *120 g di burro con 80 g di zucchero, i semi raschiati da mezzo baccello di vaniglia, poca scorza di arancia grattugiata e un pizzico di sale; poi incorporate 2 tuorli e infine 200 g di farina. Formate un panetto, mettetelo in una ciotola, sigillatela con la pellicola e fate riposare in frigo per 1 ora.*
7 STENDETE *la pasta in uno strato spesso circa 0,5 cm e usatela per foderare uno stampo (ø 23 cm, h 4 cm) formando anche un bordo alto almeno un paio di centimetri. Decoratelo premendo delicatamente il retro di un anello tagliapasta così da formare un disegno che ricordi dei petali. Bucherellate il fondo con i rebbi della forchetta, coprite con un foglio di carta da forno e distribuitevi sopra dei legumi secchi; infornate a 200 °C per 15-20′. Sfornate, eliminate i legumi e la carta da forno e infornate di nuovo per 5′.*
8 FATE *sciogliere sul fuoco 150 g di cioccolato fondente con 150 g di panna e una macinata di pepe lungo. Mescolate fino a quando non si sarà formata una ganache densa e lucida. Ci vorranno pochi minuti.*
9 SFORNATE *il guscio di frolla, lasciatelo raffreddare poi farcitelo con la ganache.*
10 COMPLETATE *con la marmellata di arance e con le scorze tenute da parte tagliate in striscioline sottili. Servite la crostata a fette con una quenelle di gelato fior di panna e decorate con le fette di arancia disidratata.*

Il vino giusto

Un vino dolce con aromi di frutta matura
Veneto Igt Vendemmia Tardiva "Cristina" 2012 Cantina Roeno
Quattro varietà di uve bianche vendemmiate stramature, e perciò ricche di zuccheri e aromi, regalano sfumature ambrate, aromi di frutta secca e un sapore vellutato, di delicata dolcezza. Dietro questo eccellente vino, quattro mani femminili. Si serve a 12-14 °C. *24 euro.*

Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina il ***16 novembre***

LO STILE IN TAVOLA
Tovagliolo Society by Limonta; tagliere Tescoma, coltello Zwilling J.A. Henckels, piano di cottura Smeg, casseruola bianca Moneta, grattugia Microplane.

Il piacere di ben digerire

È IL MOMENTO DI PREPARARE L'ORGANISMO AL RICAMBIO DI PRIMAVERA APPROFITTANDO DI CIBI CHE **STIMOLANO** STOMACO E FEGATO IN APPETITOSE COMBINAZIONI

RICETTE GIOVANNI ROTA **TESTI** LAURA FORTI
STYLING BEATRICE PRADA **FOTOGRAFIE** RICCARDO LETTIERI

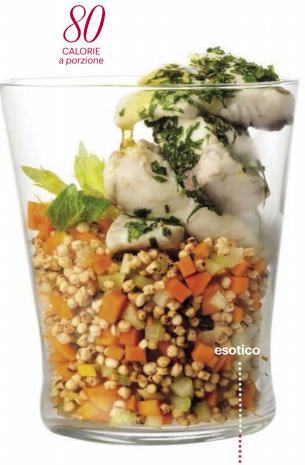
Un menu tanto gustoso quanto digeribile? Basta puntare su quegli alimenti che anche la medicina popolare riconosce come i più utili per ***facilitare la digestione***. A cominciare da alcune ***verdure tipiche*** di questa stagione: **carciofi**, **catalogna** e **radicchio** grazie ai principi amari che contengono migliorano sia le funzionalità del fegato sia quelle dello stomaco. Senza dimenticare poi le spezie che stimolano le secrezioni digestive, come lo **zenzero** e il **cardamomo**, e tutti quegli alimenti che contengono potenti enzimi digestivi. **Ananas** e **papaia** da questo punto di vista sono imbattibili per la capacità che hanno di far digerire gli alimenti proteici a cui si abbinano.

Dottor Giorgio Donegani nutrizionista,
presidente della Fondazione Italiana per l'Educazione Alimentare

80 CALORIE *a porzione*

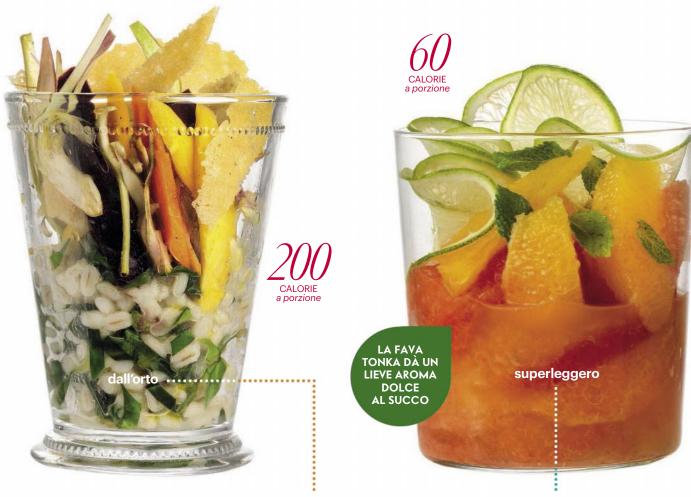
esotico

Agro...amaro

155 CALORIE *a porzione*

Pollo allo yogurt e insalate amare

IMPEGNO Facile
TEMPO 25 minuti più 3 ore di marinatura
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 BICCHIERI
320 g petto di pollo
120 g yogurt magro
70 g misto di radicchio e indivia
5 semi di cardamomo – ananas
limone – olio extravergine di oliva
sale – pepe

CONDITE *il pollo, tagliato in 4 strisce, con il succo di mezzo limone e lasciatelo marinare per 10′. Asciugatelo e cospargetelo con i semi di cardamomo schiacciati, un pizzico di pepe, 70 g di yogurt e lasciatelo marinare in frigorifero per 3 ore.*
SCOLATE *il pollo sommariamente e disponetelo su una teglia coperta con carta da forno, aggiungete un filo di olio e infornate a 200 °C per 8-10′.*
EMULSIONATE *2 cucchiai di olio con lo yogurt rimasto, sale e pepe.*
SERVITE *il pollo con le insalate, una fettina di ananas tagliata sottile e condite tutto con l'emulsione.*

Orata con papaia, sedano e quinoa

IMPEGNO Facile
TEMPO 20 minuti più 20′ di marinatura
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 BICCHIERI
200 g filetti di orata puliti
60 g papaia a dadini
60 g sedano a dadini
10 g quinoa soffiata
lime – menta – bacche di ginepro
olio extravergine di oliva
sale – pepe in grani

SALATE *la papaia e il sedano e lasciateli marinare per 20′.*
TAGLIATE *a tranci i filetti di orata. Portate a ebollizione una casseruola di acqua, con 2-3 grani di pepe, 2 bacche di ginepro, scorza di lime. Tuffatevi i tranci e cuoceteli per 3′.*
SCOLATE *il pesce e lasciatelo raffreddare per qualche minuto. Intanto, tritate un ciuffetto di menta; ungete di olio i filetti e passate il lato della polpa nel trito di menta.*
TOSTATE *la quinoa in padella per 3′, poi mescolatela con la papaia e il sedano. Completate il mix di quinoa con l'orata e portate in tavola.*

Orzo, catalogna e verdure crude

IMPEGNO Facile
TEMPO 35 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 BICCHIERI
160 g orzo perlato
60 g carote di colori misti
50 g catalogna – **1** carciofo
scalogno – alloro – grana grattugiato
limone – olio extravergine di oliva – sale

PORTATE *a bollore una casseruola di acqua con 2 pezzetti di scalogno e una foglia di alloro. Sciacquate l'orzo e fatelo bollire nell'acqua aromatizzata per 20′.*
SCOLATE *l'orzo e mescolatevi la catalogna tagliata sottile, in modo che si cuocia con il calore. Condite con un filo di olio e sale.*
MONDATE *il carciofo, eliminate la barba interna e affettatelo. Mettetelo a bagno in acqua e limone. Tagliate a nastri le carote e mettete anch'esse a bagno insieme ai carciofi.*
CUOCETE *su una padella antiaderente calda 4 cucchiai di grana grattugiato finché non si sarà trasformato in una cialda. Lasciatela raffreddare finché non sarà croccante, poi tagliatela a pezzetti irregolari.*
SERVITE *l'orzo con le verdure crude scolate completando con la cialda.*

Agrumi e succo allo zenzero

IMPEGNO Facile
TEMPO 20 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 BICCHIERI
2 arance
2 pompelmi
zenzero fresco – fava Tonka – lime

PELATE *a vivo le arance e i pompelmi, sopra una ciotola, recuperando il succo: mettete da parte gli spicchi e spremete l'avanzo ottenendo tutto il succo.*
GRATTUGIATE *un pezzetto di zenzero fino a ottenere un cucchiaino di polpa e spremetela per estrarne tutto il succo.*
MESCOLATELO *al succo di agrumi, profumatelo con un pizzico di fava Tonka grattugiata e completate con gli spicchi. Decorate con fettine di lime tagliate sottili.*

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il ***10 novembre***

Cucina vip in Engadina

PAESAGGI DI SOGNO, SCI, ARTE E STORIA, PUBBLICO INTERNAZIONALE: **ST. MORITZ** MERITA UNA VACANZA

TESTO RIKI WHITE

M**ONTAGNA, SOLE, SPORT.** E celebrities: St. Moritz e il suo territorio sono davvero "Top of the World", come recita orgogliosamente il loro *claim*. Il paesaggio ha un che di incantato con i 4.000 metri del Bernina, tra i gruppi più alti delle Alpi Centrali, i ghiacciai scintillanti, il nastro lucente del fiume Inn che dà il nome alla valle, Engadina, i laghi che ampliano il respiro dell'altopiano, i boschi fitti e secolari. Marcel Proust ne fu stregato, come del resto accade ai vip – l'elenco è lunghissimo – che hanno eletto questa regione a proprio paradiso in terra. Lo sci è protagonista in inverno, alpinismo, trekking e la mountain bike in estate, il fondo ha il suo apogeo con la Skimarathon di marzo frequentata da 12.000 appassionati, ci sono il bob, l'hockey, le corse di cavallo e il torneo di polo sul lago ghiacciato: quale altra località di alta montagna ha un simile concentrato di attività sportive? Non mancano il wellness, l'arte e la cultura, le chiese affrescate di Celerina e Pontresina,

→

IL FASCINO DI ST. MORITZ STA NEL SUO MIX DI MODERNITÀ E TRADIZIONE

Fotografie di Schmid/SIME, Laif/Contrasto, Moiola/SIME

LA RICETTA TIPICA/1

Si dice che in Engadina esistano tante ricette di questo piatto quante sono le suocere... una leggenda che racconta di quanto siano popolari questi "gnocchi", preparati con gli ingredienti tipici della zona: soprattutto la CARNE DEI GRIGIONI, essiccata a bassa temperatura, nell'aria fresca e secca delle montagne.

Capuns

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

- **500 g** brodo
- **200 g** farina
- **100 g** pancetta a striscioline
- **100 g** formaggio d'alpeggio
- **75 g** pane bianco
- **75 g** carne secca dei Grigioni
- **50 g** latte
- **50 g** burro
- **24** foglie di bietola
- **2** uova
- **1** cipolla
- prezzemolo
- erba cipollina

AFFETTATE *la cipolla e saltatela in padella con la pancetta per 3-4'. Aggiungete il pane tagliato a dadini e fateli insaporire per 2'.*

SBOLLENTATE *intanto le foglie di bietola in acqua bollente e raffreddatele in acqua fredda.*
TOGLIETE *la padella dal fornello e aggiungete la farina.*
PREPARATE *un trito di prezzemolo ed erba cipollina e unitelo nella padella. Aggiungete anche la carne secca dei Grigioni tagliata a striscioline, il latte e 50 g di acqua, e le uova. Mescolate ottenendo un composto morbido.*
DIVIDETELO *in piccole noci e avvolgetele nelle foglie di bietola, ottenendo i capuns. Cuoceteli nel brodo tenuto a leggero bollore per 15-20'. Conditeli con il formaggio grattugiato a filetti e il burro fuso.*

LE TRADIZIONI A SINISTRA: veduta di St. Moritz al crepuscolo. Fu qui che nel 1856, grazie a un'intuizione dell'albergatore Johannes Badrutt, nacque il turismo invernale. IN ALTO DA SINISTRA: due sposi in costume popolare vanno al rinfresco in slitta trainata dai cavalli: le tradizioni valgono ancora; il Trenino delle Ferrovie Retiche, Patrimonio dell'Umanità Unesco.

Vademecum

DORMIRE & MANGIARE

- **SUVRETTA HOUSE HOTEL**
Costruito nel 1911, è, con il Kulm Hotel e il Badrutt's Palace a St. Moritz, con il Kronenhof di Pontresina e il Cresta Palace di Celerina, uno dei classicissimi della celebrata haute hôtellerie engadinese.
www.suvrettahouse.ch

- **HOTEL STAZ**
In riva al piccolo e idilliaco lago di Staz, a 2 km da St. Moritz, è un hotel-chalet con stanze foderate di legno e un ristorante tradizionale di buon livello.
www.lejdastaz.ch

- **EL PARADISO**
Ristorante in quota, a 2181 metri, tra le piste di sci di St. Moritz. Cucina engadinese con apporti francesi, italiani ed esotici. Terrazza all'aperto con un panorama spettacolare.
www.el-paradiso.ch

- **DAL MULIN**
Piatti regionali come l'aspic di *Tafelspitz* (bollito) e i canederli dolci alla ricotta. Ottimi i vini. *www.dalmulin.ch*

- **MUOTTAS MURAGL**
Si trova a 2456 metri, su un terrazzo naturale collegato con la valle da una funicolare (controllare orari). Menu curato e una vista a volo d'uccello sul Bernina e i laghi engadinesi. Anche hotel di charme.
www.muottasmuragl.ch

SHOPPING

- **METZGEREI HEUBERGER**
Un ottimo indirizzo per comprare le specialità grigionesi: carne secca, prosciutti di montagna, salametti di cervo, würstel engadinesi.
www.metzgereiheuberger.ch

- **SENNEREI**
I migliori formaggi della regione a iniziare dal Grottino, fatti in casa o approvvigionati da produttori locali. A Pontresina, 5 km da St. Moritz.
www.sennerei-pontresina.ch

- **URS ETTLIN ANTIQUITÄTEN**
Antiquariato grigionese, utensili contadini, dipinti, mostre, restauri: da visitare. *www.ursettlin.ch*

LE FASI DELLA VITA NELLE ALLEGORIE ALPINE DI SEGANTINI

ARTE, GUSTO E SPORT SOPRA: il Museo Segantini (*www.segantini-museum.ch*) a St. Moritz accoglie i capolavori creati dall'artista trentino nell'ultimo scorcio di vita trascorso in Engadina. A SINISTRA: il bar del lussuoso Carlton Hotel, da poco ridisegnato. IN BASSO DA SINISTRA: al Corviglia, a quasi 2500 metri d'altezza, pizza ai funghi nella versione di Mathis Food Affairs (*www.mathisfood.ch*); la chiesa cattolica di St. Moritz Bad, costruita nel 1889; si gioca a snow polo sul lago ghiacciato.

"Mi inchino alla **BELLEZZA** *di questa terra benedetta"*

Giovanni Segantini (1858-1899), pittore

→ i musei come quello dedicato a Giovanni Segantini, engadinese d'elezione. Ma c'è di più, molto di più e tra questo "molto" la cucina ha un ruolo dominante. Il villaggio che nel 1856 inventò la villeggiatura montana è oggi tutto un accendersi di Stelle Michelin, un fiorire di indirizzi gourmet. Qualche segnalazione? Al Ca' d'Oro (*www.kempinski.com*) si gusta un'elegante dichiarazione d'amore del giovane chef Matthias Schmidberger per le ricette mediterranee, Da Vittorio, al Carlton Hotel (*carlton-stmoritz.ch*), s'incontrano, solo d'inverno, le bontà dei fratelli bergamaschi Cerea; mentre il ristorante La Coupole del Badrutt's Palace Hotel (*www.badruttspalace.com*) è il regno di Nobuyuki Matsuhisa – Nobu – star dell'arte culinaria nippo-peruviana. Alla crescita della qualità della ristorazione corrisponde il proliferare di piccoli ed eccellenti produttori, soprattutto nel campo delle carni, degli insaccati e dei formaggi che all'Alp-Schaukäserei Morteratsch (*www.sennerei-pontresina.ch*), ai piedi del Bernina, sono prodotti "a vista". Anche le specialità del territorio, di chiara marca contadina, hanno tratto beneficio dal raffinarsi dei cuochi sempre più attenti alle sottigliezze gustative: dai *capuns*, un impasto di farina e uovo avvolto nelle foglie di bietola e cotto nel brodo, ai *capunets*, gnocchetti di spinaci, dai *plain in pigna*, una specie di Rösti al forno, ai *maluns* di patate grattugiate arrostite. E ancora la selvaggina, la carne secca, i pani speziati, la Nusstorte, icona dei dolci locali.

Fotografie di Gian Giovanoli, Michele Bella, Bottigelli/AWL Images, iStockphoto

LA RICETTA TIPICA/2

Nei profumi ricorda lo strudel, con il quale ha in comune l'uso delle SPEZIE E DELLA FRUTTA SECCA. Più compatto e sostanzioso, è il dolce rustico tipico del periodo invernale.

Pane alle pere

IMPEGNO Facile
TEMPO 1 ora e 40' più 12 ore di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **250 g** pere disidratate
- **125 g** farina 00
- **125 g** farina integrale di segale
- **75 g** noci – **60 g** vino rosso
- **50 g** prugne secche snocciolate
- **50 g** fichi secchi – **50 g** uvetta
- **30 g** nocciole senza pelle
- **30 g** pinoli – **25 g** burro
- **25 g** arancia e cedro canditi
- **25 g** olio di arachide
- **10 g** zucchero
- **8 g** lievito di birra fresco
- **1** uovo – Kirsch – acqua di rosa
- misto di spezie in polvere – sale

MESCOLATE *pere, prugne, fichi, uvetta, nocciole, pinoli, noci, canditi a dadini, 1 cucchiaio di Kirsch e uno di acqua di rosa, il vino e un cucchiaio di spezie in una ciotola e lasciateli marinare per 12 ore. Sminuzzate tutto tritando a scatti nel robot da cucina.*
IMPASTATE *le farine con 130 g di acqua e il lievito. Lasciate lievitare il panetto ottenuto per 1 ora.*
AGGIUNGETE *all'impasto il burro fuso e l'olio, lo zucchero, mezzo uovo e una presa di sale. Lasciate riposare l'impasto per altri 30'.*
STACCATE *dalla pasta una pallina di 200 g e stendetela.*
INCORPORATE *la pasta rimasta con la frutta secca sminuzzata, poi avvolgete il composto ottenuto nella pasta stesa.*
INFORNATE *il pane a 180 °C per circa 50-60'.*

PREPARAZIONI JOËLLE NÉDERLANTS
TESTI LAURA FORTI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

Queste ricette sono state preparate, assaggiate e fotografate per voi nella nostra cucina il **21 dicembre**

Un piatto... d'attrice

PRIMA AUTENTICA SOUBRETTE DEL VARIETÀ ITALIANO, **DELIA SCALA** APPREZZAVA I ROBUSTI SAPORI DELLA CUCINA LAZIALE, OGGI TORNATI DI MODA. ABBIAMO RIVISITATO UNA DELLE SUE RICETTE PREFERITE

A CURA DI LAURA FORTI E SAMANTA CORNAVIERA
PREPARAZIONE JOËLLE NÉDERLANTS
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA

Nel ’54 al Lirico di Milano il music-hall *Giove in doppiopetto* del famoso duo Garinei e Giovannini consacrò il successo di una giovanissima Delia Scala, così dinamica, scattante e moderna nel suo caschetto di capelli “à la garçonne” da rendere di colpo polverosi le apparizioni e gli elaborati abiti di paillette della celebre Wanda Osiris. Nel ’56 era già passata al piccolo schermo e tre anni dopo con *Canzonissima*, al fianco di Nino Manfredi e Paolo Panelli, dimostrava di saper anche essere spiritosa e disinvolta. Era anche un’ottima cuoca, e ci teneva a farlo sapere. Era quindi una protagonista perfetta per la rubrica “La ricetta di”, dove *La Cucina Italiana* ospitava le confessioni culinarie dei divi del momento. Che Delia, nel numero di febbraio del 1960, elargì con generosità, citando tra i suoi piatti preferiti la lingua in agrodolce e descrivendo spiritosamente il suo apprendistato ai fornelli: “Impara oggi e prova domani e voilà, Delia Scala è ora una cuoca sopraffina. Intendiamoci, sopraffina nel senso che alla mia tavola si mangia bene, e non nel senso di piatti raffinati. Per carità, quante storie con aragoste e brodini di tartaruga. Per conto mio sono di gusti semplici e non nascondo affatto che un bel piatto di pasta e fagioli vale per me tutte le sciccherie esotiche del mondo”. Una cucina semplice e schietta, che le somiglia in tutto e per tutto.

(*S. Cornaviera – www.massaiemoderne.it*)

Ricette a confronto

Lingua in agrodolce

2016

IMPEGNO Facile
TEMPO 2 ore e 20’

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

750 g lingua di vitello pulita e spellata
100 g prosciutto crudo a dadini
30 g uvetta zibibbo **25 g** pinoli
2 piccole carote **1** cipolla aglio
alloro zucchero prezzemolo tritato
farina cacao aceto vino bianco secco
olio extravergine di oliva sale

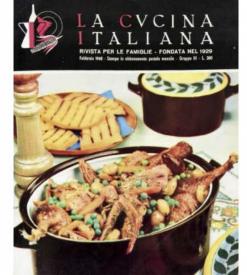
AMMOLLATE *l’uvetta in acqua per 1 ora.*
LESSATE *la lingua per 2 ore in acqua con uno spruzzo di vino bianco e una foglia di alloro. Scolatela e toglietele la seconda pelle, poi affettate la lingua in fette spesse 1 cm.*
TRITATE *la cipolla e rosolatela in un cucchiaio di olio per 2-3’, poi aggiungete le carote tritate, uno spicchio di aglio tritato e dopo 2’ il prosciutto tagliato a dadini, l’uvetta con 100 g della sua acqua di ammollo, 2 cucchiai di aceto, un cucchiaino di zucchero e un pizzico di sale.*
CUOCETE *per 5’ e poi unite i pinoli tostati in padella, un cucchiaino di cacao e un ciuffo di prezzemolo tritato.*
INFARINATE *le fette di lingua e rosolatele in padella per 1-2’ per lato, finché non saranno dorate. Servitele con le verdure.*

Questa ricetta è stata preparata, assaggiata e fotografata per voi nella nostra cucina il ***13 novembre***

1960

RICETTA ORIGINALE

Si toglie la prima pelle a una lingua di manzo, la si passa alla fiamma e poi la si mette a cuocere in acqua fredda. Dopo due ore si estrae la lingua dal brodo, si toglie la seconda pelle e si taglia la carne a fette sottili. Si mette a fuoco un tegame con una cucchiaiata di strutto, una cipolla e una carota tritate, del prezzemolo, uno spicchio d’aglio e una fettina di prosciutto crudo tagliato a dadini. Quando la cipolla è rosolata si mette nel tegame la lingua, la si cosparge con un pizzico di farina pepe e sale. Dopo poco si bagna con un bicchiere d’acqua e aceto in cui sarà stato sciolto un cucchiaino di zucchero e un cucchiaio di polvere di cioccolato. Si aggiunge zibibbo, pinoli, si fa amalgamare lasciando bollire per dieci minuti, e si serve.

In alto, la pagina con l’intervista a Delia Scala. Sotto, la copertina del febbraio 1960.

Che cosa è cambiato

Seguendo il gusto contemporaneo, che preferisce consistenze nette e sapori definiti, abbiamo cotto le verdure a parte brevemente con olio anziché strutto, lasciandole croccanti ed evitando l’aggiunta di farina, che nella ricetta originale appesantisce inutilmente la salsa. Abbiamo invece infarinato le fette di lingua per poterle rosolare in padella rendendole dorate e più appetitose.

Leggere con gusto

IL RITO DELL'APERITIVO, CHE COSA MANGIAVA JOSEPH CONRAD E COME CAVARSELA IN ALTO MARE

A CURA DI ANGELA ODONE

LA MOSTRA AL MUSEO M.A.X. DI CHIASSO (CH) FINO AL 14/02

Il piacere e l'arte del drink dalla Belle Époque ai giorni nostri in questo catalogo che diverte, locandina dopo locandina. E poi manifesti, bozzetti, cartoline, insegne, vassoi, shaker e le biografie degli autori di quei piccoli capolavori. Una carrellata su un rito sociale tornato di moda. ***"La grafica per l'aperitivo"***, *Silvana Editoriale, www.silvanaeditoriale.it 36 euro*

PAGINE PICCANTI

Le varietà più interessanti di peperoncino. Imparare a riconoscerle sfatando le credenze, coltivarle, conservarle e utilizzarle. Anche nei dolci. ***"Peperoncini"***, *Sandra Longinotti, Nomos Edizioni, www.nomosedizioni.it 14,90 euro*

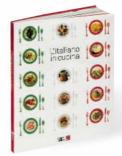
TIPICAMENTE BRITISH

È un caso raro che uno scrittore famoso presenti il ricettario della moglie. E a maggior ragione l'avventuroso Joseph Conrad, conquistato da montone e sazianti pudding. ***"Manuale di cucina"***, *Jessie Conrad, Ed. Elliot, www.elliotedizioni.com 14,50 euro*

ERBAZZONE E PARMIGIANA

Il nostro patrimonio è ricchissimo di piatti vegetariani, tratti dalla tradizione contadina, che nell'orto trovava tutto. 400 ricette divise per regioni. ***"Ricette vegetariane d'Italia"***, *Slow Food Editore, www.slowfood.it 20 euro*

ALLA SCUOLA DEGLI ANIMALI

Sembra un gioco ma c'è molto da imparare sul modo corretto di nutrirsi guardando ciò che mangiano orsi, volpi, lumache e cinghiali. ***"Chi l'ha mangiato?"***, *E. Bussolati e F. Buglioni, Editoriale Scienza, www.editorialescienza.it 12,90 euro*

L'ITALIANA A PARIGI

Venti super cuochi si sono riuniti in un seminario a Parigi per presentare le meraviglie della nostra gastronomia fatta, prima che di preparazioni, di prodotti eccellenti. ***"L'Italiano in cucina"***, *Skira Editore e Istituto Italiano di Cultura di Parigi, www.skira.net 42 euro*

TEMPESTA IN PENTOLA

Una cucina d'avventura in cui domina il profumo dell'oceano. La storia di una donna, e della sua famiglia, che in 7 anni di mare, nonostante tutto, non rinuncia alla buona tavola. ***"Siamo liberi"***, *Elena Sacco, Ed. Chiare Lettere, www.chiarelettere.it 16 euro*

CAVOLI A MERENDA

Proverbi e detti popolari, verità e leggende si mescolano in questo colto libricino scritto da uno storico della cucina: dal primo cocktail della storia descritto nell'*Iliade* al pollo alla Marengo. ***"Il boccon del prete"***, *G. Ballarini, Ed. Tarka, www.tarka.it 14 euro*

A TUTTA BIRRA

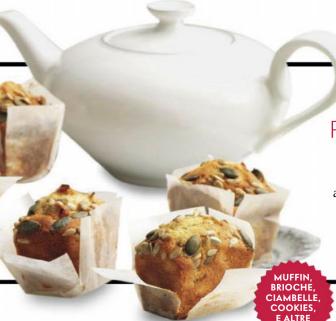
Ogni birra aggiunge una sfumatura diversa ai piatti: amarognola, fruttata, acidula. La bianca con il pollame, la nera con il formaggio... 160 piatti da provare. ***"Cucinare con la birra"***, *Keda Black, Guido Tommasi Editore, www.guidotommasi.it 17 euro*

Fotografie di Riccardo Lettieri

La nostra Scuola

PICCOLE DELIZIE E PIATTI DI CARNE, ANTIPASTI RICERCATI E **CENE REGIONALI**: CORSI E APPUNTAMENTI PER TUTTI

3 FEBBRAIO

NEW

PER UNA **DOLCE** COLAZIONE

Un nuovo corso per imparare a preparare piccole golosità da gustare al risveglio: semplici e **ricche di energia**, ideali per il pasto più importante della giornata. *Ore 9,30-16,30*

MUFFIN, BRIOCHE, CIAMBELLE, COOKIES, E ALTRE IDEE

CENE&EVENTI

17 FEBBRAIO

Profumi della Riviera

Il nostro chef Davide Negri ha creato un menu per una cena dedicata alle ricette tradizionali della cucina ligure, tra cui frittura alla ligure con farinata e salsa tartara, pansotti e trofie. *Ore 20,30; prenotazioni su www.scuolacucinaitaliana.it*

19 FEBBRAIO

CUCINA INTENSIVA

Il corso è dedicato a **chi vuole aprire un'attività** nel mondo del food. Il 19 comincia la formula weekend che prevede lezioni il venerdì sera e il sabato mattina e pomeriggio per 8 settimane.

8 FEBBRAIO

ANTIPASTO D'AUTORE
come uno chef

Un corso dedicato a tre piccole delizie da preparare per un raffinato antipasto. Le ricette sono ispirate alle creazioni di tre chef famosi e stellati: Davide Oldani, Enrico Bartolini e Luigi Taglienti. *Ore 15-18*

5 e 23 FEBBRAIO

PASTICCERIA NAPOLETANA
delizie del Sud

Per Carnevale e per Pasqua, arrivano zeppole e pastiera: un corso monografico vi insegna a preparare questi e altri dolci tradizionali, buoni tutto l'anno.
5 febbraio ore 15-18
23 febbraio ore 19-22

8 e 18 FEBBRAIO

NEW

CARNI ROSSE E BIANCHE
tagli e cotture

Due corsi sono dedicati rispettivamente alle carni rosse e a quelle bianche: per conoscere i tagli giusti per le diverse preparazioni e imparare tecniche e segreti per cotture perfette.
Rosse, 8 febbraio ore 19-22
Bianche, 18 febbraio ore 15-18

Info e contatti

La Scuola de La Cucina Italiana è in piazza Aspromonte 15 20131 Milano
scuola@lacucinaitaliana.it
tel. 0249748004

www.scuolacucinaitaliana.it Seguici su:

LA CUCINA ITALIANA

In the USA: Condé Nast
Chairman Emeritus: S.I. Newhouse, Jr.
Chairman: Charles H. Townsend
President & Chief Executive Officer: Robert A. Sauerberg, Jr.
Artistic Director: Anna Wintour

In other countries: Condé Nast International
Chairman and Chief Executive: Jonathan Newhouse
President: Nicholas Coleridge
Vice Presidents: Giampaolo Grandi, James Woolhouse, Moritz von Laffert, Elizabeth Schimel
Chief Digital Officer: Wolfgang Blau
President, Asia-Pacific: James Woolhouse
President, New Markets and Editorial Director, Brand Development: Karina Dobrotvorskaya
Director of Planning: Jason Miles
Director of Acquisitions and Investments: Moritz von Laffert

Global
President, Condé Nast E-commerce: Franck Zayan
Executive Director, Condé Nast Global Development: Jamie Bill

The Condé Nast Group of Brands includes:

US
Vogue, Vanity Fair, Glamour, Brides, Self, GQ, GQ Style, The New Yorker, Condé Nast Traveler, Allure, Architectural Digest, Bon Appétit, Epicurious, Wired, W, Golf Digest, Teen Vogue, Ars Technica, Condé Nast Entertainment, The Scene, Pitchfork

UK
Vogue, House & Garden, Brides, Tatler, The World of Interiors, GQ, Vanity Fair, Condé Nast Traveller, Glamour, Condé Nast Johansens, GQ Style, Love, Wired, Condé Nast College of Fashion & Design, Ars Technica

France
Vogue, Vogue Hommes International, AD, Glamour, Vogue Collections, GQ, AD Collector, Vanity Fair, Vogue Travel in France, GQ Le Manuel du Style, Glamour Style

Italy
Vogue, L'Uomo Vogue, Vogue Bambini, Glamour, Vogue Sposa, AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vanity Fair, Wired, Vogue Accessory, La Cucina Italiana, CNLive

Germany
Vogue, GQ, AD, Glamour, GQ Style, Myself, Wired

Spain
Vogue, GQ, Vogue Novias, Vogue Niños, Condé Nast Traveler, Vogue Colecciones, Vogue Belleza, Glamour, AD, Vanity Fair

Japan
Vogue, GQ, Vogue Girl, Wired, Vogue Wedding

Taiwan
Vogue, GQ

Mexico and Latin America
Vogue Mexico and Latin America, Glamour Mexico and Latin America, AD Mexico, GQ Mexico and Latin America, Vanity Fair Mexico

India
Vogue, GQ, Condé Nast Traveller, AD

Published under Joint Venture:
Brazil: Vogue, Casa Vogue, GQ, Glamour, GQ Style
Russia: Vogue, GQ, AD, Glamour, GQ Style, Tatler, Condé Nast Traveller, Allure

Published under License or Copyright Cooperation:
Australia: Vogue, Vogue Living, GQ
Bulgaria: Glamour
China: Vogue, Vogue Collections, Self, AD, Condé Nast Traveler, GQ, GQ Style, Brides, Condé Nast Center of Fashion & Design
Czech Republic and Slovakia: La Cucina Italiana
Hungary: Glamour
Iceland: Glamour
Korea: Vogue, GQ, Allure, W, GQ Style
Middle East: Condé Nast Traveller, AD, Vogue Café at The Dubai Mall, GQ Bar Dubai
Poland: Glamour
Portugal: Vogue, GQ
Romania: Glamour
Russia: Vogue Café Moscow, Tatler Club Moscow
South Africa: House & Garden, GQ, Glamour, House & Garden Gourmet, GQ Style
The Netherlands: Glamour, Vogue
Thailand: Vogue, GQ, Vogue Lounge Bangkok
Turkey: Vogue, GQ, Condé Nast Traveller, La Cucina Italiana, GQ Style, Glamour
Ukraine: Vogue, Vogue Café Kiev

La Cucina Italiana - Direttore Responsabile: Maria Vittoria Dalla Cia. Copyright © 2016 per La Cucina Italiana S.r.l. Registrazione del Tribunale di Milano n. 2380 del 15.6.1951. La Cucina Italiana S.r.l. è iscritta nel Registro degli Operatori di Comunicazione con il numero 23255. Tutti i diritti riservati. Spedizione in abbonamento postale - D.L. 353/03 Art. 1, Cm. 1, DCB - MI. Distribuzione per l'Italia: SO.DI.P. «Angelo Patuzzi» S.p.A. via Bettola 18, 20092 Cinisello Balsamo (Mi), tel. 02.660301, fax 02.66030320. Distribuzione Estero Sole Agent for Distribution Abroad A.I.E. - Agenzia Italiana di Esportazione SpA, via Manzoni 12, 20089 Rozzano (Milano), tel. 025753911. fax 02 57512606. www.aie-mag.com. Stampa: Rotolito Lombarda, Cernusco sul Naviglio - Printed in Italy. Numeri arretrati: Il prezzo di ogni arretrato è di € 12,00 comprensivo di spese di spedizione. Per avere informazioni sulla disponibilità degli arretrati de La Cucina Italiana telefona al 039/5983886, dalle 9.00 alle 12.30 e dalle 14.00 alle 18.00 dal lunedì al venerdì, oppure invia una e-mail a: arretraticondenast@ieoinf.it

Questo periodico è iscritto alla Federazione Italiana Editori Giornali

Accertamenti Diffusione Stampa Certificato n. 7924 del 09-02-2015

I nostri partner

RINGRAZIAMO LE AZIENDE CHE *HANNO COLLABORATO* ALLA REALIZZAZIONE DEI NOSTRI SERVIZI. PER MAGGIORI INFORMAZIONI SUI PRODOTTI UTILIZZATI NELLE FOTOGRAFIE: **WWW.LACUCINAITALIANA.IT**

AD Chini www.adchini.it
Alessi www.alessi.com
Baci Milano www.bacimilano.net
BioNike www.bionike.it
Bitossi Home www.bitossihome.it
Bormioli Rocco shop.bormiolirocco.com
Brandani www.brandani.it
Braun www.braun.com
Christofle eu.christofle.com
Coppini Arte Olearia www.coppiniarteolearia.com
Crieri www.crieri.it
DeLonghi www.delonghigroup.com
Decochic www.decochic.it
Fiorirà un giardino www.fioriraungiardino.com
Formaggi dalla Svizzera www.formaggisvizzeri.it
Giovelab cargocollective.com/giovelab
Insal'Arte www.insalarte.net
Italian Food Attitude italianfoodattitude.com
Job www.jobcollection.it
Kenwood www.kenwood.it
Marcato www.marcato.it
Microplane home.microplaneintl.com
Moneta www.moneta.it
Mutina www.mutina.it
Nericata www.nericata.it
NutriSì www.nutrisi.it
Paderno sambonet.it
Riedel www.riedel.com/it
Sambonet www.sambonet.it
Risolì www.risoli.com
Serax in vendita da Cargo www.cargomilano.it
Smeg www.smeg.it
Society by Limonta www.societylimonta.com
Tescoma www.tescomaonline.com
Unomi Laboratorio di Ceramica laboratoriounomi.wordpress.com
Vergnano www.caffevergnano.com
Victorinox www.victorinox.com
Villeroy & Boch www.villeroy-boch.it
Wald www.wald.it
WMF www.wmf.com
Zafferano Srl www.zafferanoitalia.com
Zwilling J.A. Henckels www2.zwilling.com

Errata corrige. Il vino Oltrepò Pavese Bonarda "La Casetta" 2014 di Ca' di Frara segnalato nella rubrica "Piaceri di cantina" dello scorso gennaio è corredato di una scheda che non corrisponde alle caratteristiche del vino, che non è vivace ma fermo. Ci scusiamo con i produttori e con i lettori e provvederemo a ripubblicare al più presto il medesimo vino con la scheda di degustazione corretta.

Servizio Abbonamenti Per informazioni, reclami o per qualsiasi necessità, si prega di **telefonare al n. 199.133.199***, oppure inviare un **fax al n. 199.144.199**. Indirizzo e-mail: **abbonati@condenast.it**.
** il costo della chiamata per i telefoni fissi da tutta Italia è di 11,88 centesimi di euro al minuto + IVA e senza scatto alla risposta. Per le chiamate da cellulare i costi sono legati all'operatore utilizzato.*

Subscription rates abroad Subscription orders and payments from Foreign countries must be addressed to our worldwide subscription Distributor: **Press-di S.r.l. c/o CMP Brescia, via Dalmazia 13 - 25197 Brescia (Italy)**. Subscribers can pay through Credit Card (American Express, Visa, Mastercard) or by cheque payable to Press-di S.r.l. Orders without payment will be refused. For further information, please contact our Subscription Service: phone +39 02 92961010 - fax +39.02.86882869. Prices are in Euro and are referred to 1- year subscription.

MAGAZINE	ISSUES PER YEAR	EUROPE AND MEDIT. COUNTRIES (ORDINARY MAIL)	AFRICA/AMERICA ASIA/AUSTRALIA (AIR MAIL)
AD	11	€ 80,00	€ 135,00
GQ	10	€ 52,00	€ 82,00
TRAVELLER	4	€ 25,00	€ 35,00
GLAMOUR	11	€ 58,00	€ 74,00
VOGUE ITALIA	12	€ 87,00	€ 157,00
L'UOMO VOGUE	10	€ 71,00	€ 112,00
VOGUE ACCESSORY	4	€ 23,00	€ 38,00
VOGUE BAMBINI	6	€ 49,00	€ 70,00
VOGUE SPOSA	4	€ 32,00	€ 49,00
VANITY FAIR	49	€ 156,00	€ 222,00
LA CUCINA ITALIANA	12	€ 88,00	€ 130,00

Our Magazines are distributed abroad by: Speedimpex (USA, Australia); sole agent for distribution in the rest of the world: A.I.E. – Agenzia Italiana di Esportazione Srl - Via Manzoni, 12 – 20089 ROZZANO (MI) Italy - Tel. +39 02 5753911 – Fax. +39 02 57512606 e-mail: info@aie-mag.com

84 RICETTE PROVATE PER VOI

L'indice dello chef

A COLPO D'OCCHIO POTETE INDIVIDUARE IL PIATTO CHE VI PIACE, VALUTARE **L'IMPEGNO E IL TEMPO** DI PREPARAZIONE: COSÌ LA SCELTA TRA TUTTE LE NOSTRE PROPOSTE SARÀ FACILE E IMMEDIATA

Legenda
★ Facile
★★ Medio
★★★ Per esperti
Senza glutine
Vegetariana
Piatti che si possono realizzare in anticipo, interamente o solo in parte (come suggerito nelle ricette)
Ricette della tradizione regionale rivisitate da noi

ARIA DI PRIMAVERA

FRESCHE NOVITÀ
La natura si risveglia e le primizie dell'orto tornano in tavola per sorprendere il palato

NON PERDETE IL NUMERO DI

marzo

TRIONFO DI COLORE
La frutta esotica in originali interpretazioni, dall'antipasto al dolce

PIACERI IN VERDE
Un tortino di catalogna e ricotta e altre proposte saporite in leggerezza

UNA FRAGRANZA IRRESISTIBILE
Soffici pani farciti in dolce e salato per le feste di Pasqua